7 lucruri pe care el nu ți le va spune *niciodată*

{dar pe care tu trebuie să le ştii}

DR. KEVIN LEMAN

II 410.731

BIBL. CENTR. UNIV.
„M. EMINESCU" IAŞI
II 410. 731

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

7 LUCRURI PE CARE EL NU ŢI LE VA SPUNE NICIODATĂ...
DAR PE CARE TU TREBUIE SĂ LE ŞTII

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

581 625

7 LUCRURI PE CARE EL NU ŢI LE VA SPUNE NICIODATĂ... DAR PE CARE TU TREBUIE SĂ LE ŞTII

DR. KEVIN LEMAN

ALE

468690
B.C.U. IAŞI

IMAGO DEI
ORADEA, 2009

BCU IAŞI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României

LEMAN, KEVIN
7 lucruri pe care el nu ţi le va spune niciodată ... dar pe care tu trebuie să le ştii / Kevin Leman ; trad.: Marcel Budea. - Oradea : Imago Dei, 2009
ISBN 978-973-88959-4-2

I. Budea, Marcel (trad.)

159.923.2

7 Things He'l Never Tell You
Copyright © 2007 by Kevin Leman
Romanian Edition © 2008 by SC Optim Multiserv SRL – Editura Imago Dei
with permission of Tyndale House Publishers, Inc.
All rights reserved.

7 lucruri pe care el nu ţi le va spune niciodată
Copyright © 2007 Kevin Leman
Ediţia în limba română © 2008 SC Optim Multiserv SRL – Editura Imago Dei
cu permisiunea Tyndale House Publishers, Inc.
Toate drepturile rezervate.

Editura Imago Dei
str. Pascal, nr. 18, X 84, ap. 7
410444 Oradea, Bihor, România
Tel.: 0359-422337
E-mail: office@imagodei.ro
Pagina web: WWW.IMAGODEI.RO

Orice reproducere sau selecţie de texte din această carte este permisă doar cu aprobarea în scris a Editurii Imago Dei.

Traducerea: Marcel Eugen Budea
Editarea: Florin Moţiu
Coperta şi tehnoredactarea: Marcel Eugen Budea

ISBN 978-973-88959-4-2

5. OCT. 2010

BCU IAŞI/CENTRU UNIVERSITY LIBRARY

Această carte este dedicată cu dragoste
fiicei mele preferate – aşa cum îşi spune ea –
Hannah Elizabeth Leman.

Mama şi cu mine suntem atât de mândri de tânăra
care ai devenit.
Te iubim.

Tata (şi mama)

• • •

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

CUPRINS

Mulţumiri 9

INTRODUCERE 11

După ce tânjeşte cu adevărat un bărbat...

E NEVOIE DOAR DE TREI LUCRURI PENTRU A-ŢI SATISFACE BĂRBATUL. (SUGESTIE: S-AR PUTEA SĂ NU FIE CEEA CE CREZI.)

PRIMUL LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ 29

„Este joi şi deja mi-am epuizat cuvintele." („Dar dacă vrei să vorbeşti, dragă, continuă.")

DE CE BĂRBAŢII PREFERĂ REZUMATELE, IAR FEMEILE ÎNTREGUL ROMAN...

AL DOILEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ 53

„Gândeşte-te la mine ca la un băieţel de patru ani care se bărbiereşte."

DE CE BĂIEŢII NU SE MATURIZEAZĂ CU ADEVĂRAT NICIODATĂ... ŞI DE CE NU AI VREA S-O FACĂ.

AL TREILEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ 91

„Am o sufragerie purpurie şi nu-mi pasă deloc!"

DE CE LOCUINŢA UNUI BĂRBAT NU ESTE CU ADEVĂRAT CASTELUL LUI ŞI DE CE AI TENDINŢA DE A-ŢI TRANSFORMA SOŢUL ÎNTR-O PRIETENĂ.

AL PATRULEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ ...113

„Am nevoie disperată să ştiu că ai nevoie de mine."

SOŢUL TĂU TÂNJEŞTE SĂ OBŢINĂ ATENŢIA TA?

BCU IAŞI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

AL CINCILEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ 143

„M-am gândit la sex de 33 de ori azi şi încă nu e nici la amiază."

BĂRBAŢII SUNT PROGRAMAŢI DIFERIT ŞI DINTR-UN MOTIV FOARTE BUN!

AL ŞASELEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ 169

„Ţi-am spus că nu vreau să merg!"

DE CE SE TEME SOŢUL TĂU CEL MAI MULT... ŞI CUM E POSIBIL SĂ FACI EXACT ACEL LUCRU ÎN MODALITĂŢI SUBTILE.

AL ŞAPTELEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ ...197

„Aş accepta să încasez un glonţ pentru tine."

DE CE BĂRBATUL TĂU VREA NU DOAR SĂ FIE UN EROU, CI VREA SĂ FIE EROUL TĂU.

CONCLUZIE 215

Cum să-i vorbeşti pe limba lui

DACĂ ÎI ÎNŢELEGI NEVOILE FUNDAMENTALE ŞI VORBEŞTI CU EL PE LIMBA LUI, TE AFLI PE DRUMUL CEL BUN SPRE RELAŢIA TA DE VIS!

EPILOG 225

Alergând alături în cursa vieţii

CELE MAI MEMORABILE CLIPE ALE TALE AU LOC CHIAR ACUM.

Chestionar şi răspunsuri 227

Note 235

Despre dr. Kevin Leman 239

BCU IAŞI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Minunatului meu editor, Ramona Cramer Tucker.
Am ajuns să aştept excelenţa de la tine, şi tu te-ai exprimat întotdeauna într-un mod atât de profesionist. Te apreciez.

BCU IAŞI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

INTRODUCERE

După ce tânjeşte cu adevărat un bărbat...

E nevoie doar de trei lucruri pentru a-ţi satisface bărbatul.
(Sugestie: S-ar putea să nu fie ceea ce crezi.)

• • •

Îmi place să fiu bărbat.

O femeie are nevoie de o oră sau două pentru a-şi face manichiura la salon. Dar eu îmi pot roade unghiile în zece secunde sau mai puţin cu dinţii din faţă în timp ce stau la un semafor. Chiar pot face din aceasta un joc, să văd de câte ori pot nimeri vitezometrul cu unghiile.

(Dacă vei spune: „Hei, nu fi vulgar", cu siguranţă că eşti o femeie. Dacă ai fi bărbat, ai spune: „Ei bine, ai nimerit-o! Am o grămadă pe tabloul de bord".)

Aş putea purta aceeaşi pereche de pantaloni scurţi în fiecare zi. Nu mi-ar trece niciodată prin cap să îi schimb dacă nu aş vedea o altă pereche pe scaunul meu din dormitor... sau dacă soţia mea, Sande, nu mi-ar da în mână o nouă pereche şi nu mi-ar spune să-i îmbrac şi dacă nu ar arunca vechea pereche în maşina de spălat.

Cred că sunt îmbrăcat şi gata pentru orice când cămaşa are pe ea o singură pată şi când port tricoul obişnuit, pantalonii scurţi, tenişii şi şapca de baseball. Mă îmbrac astfel 95 la sută din timp.

Deunăzi, în timp ce îi duceam soţiei mele ceaşca de cafea la pat, aşa cum fac în fiecare dimineaţă, fiica mea, Krissy, a apărut împreună cu nepoţii mei, Conner şi Adeline. Am fost atât de

entuziasmat să îi văd încât am vărsat câteva picături de cafea pe podeaua din bucătărie. Deci, ce am făcut? Mi-am luat bascheţii şi am întins puţin picăturile de pe podea, să se usuce mai repede.

„Tată", a spus Krissy, dându-şi ochii peste cap. „E *atât de tipic masculin.*"

Şi chiar asta sunt. Un bărbat.

Nu-mi place să-mi împart mâncarea cu nimeni. Dar am dreptul de a refuza primul orice se află pe farfuria lui Sande.

Sunt atât de orb, pe cât poate fi cineva.

Nu cer niciodată sfatul nimănui.

Îmi pierd răbdarea atunci când începi o povestire lungă. Nu încetez să mă întreb: *Care e ideea, de fapt?*

Uneori acţionez ca un copil de patru ani, căruia trebuie să-i dai totul imediat... inclusiv *toată* atenţia ta. Alteori sunt eroul soţiei mele.

Când spun ceva, vorbesc serios. Îmi place să spun direct ceea ce trebuie să fie spus. Dar atunci când tac, sper că pricepi că nu mă dau în vânt după ce spui, dar nu vreau să-ţi rănesc sentimentele.

Sunt un tip dur... dar în interiorul meu sunt sensibil, în special când este vorba de familia mea. (Întrebaţi-o doar pe Krissy de câte ori am plâns atunci când am aflat că era logodită, când şi-a încercat rochia de mireasă pentru prima dată, când a venit înspre altar, când mi-a spus că era însărcinată cu primul şi cu cel de-al doilea copil şi când am văzut-o pentru prima dată ţinând în braţe acei bebeluşi.)

Adevărul e că nu sunt foarte complicat. Şi niciun bărbat nu este. Noi, bărbaţii, şi Păcală avem multe în comun. Calea spre inima noastră este bine marcată, dar este de asemenea îngustă, pentru că există puţini în faţa cărora ne deschidem inima. Deoarece, pentru un bărbat, împărtăşirea inimii poate fi teribil de riscantă.

PENTRU UN BĂRBAT, ÎMPĂRTĂŞIREA INIMII POATE FI TERIBIL DE RISCANTĂ.

Dacă ai ales această carte, bravo ţie. Îţi pasă de bărbaţii din viaţa ta şi doreşti să-ţi îmbunătăţeşti relaţiile cu ei. Fie că eşti

căsătorită, te întâlneşti cu cineva, eşti logodită, aştepţi pe cineva special, sau pur şi simplu doreşti să-ţi înţelegi mai bine fiul, fratele sau tatăl, *7 lucruri pe care el nu ţi le va spune niciodată* îţi va descoperi lucrurile care sunt cele mai apropiate de inima unui bărbat.

Ce îl atrage pe un bărbat.

Ce îl irită.

Cum poţi avea cea mai satisfăcătoare relaţie posibilă cu el.

Când ai întâlnire cu acest tip special, acţionezi cât poţi de bine. Apoi l-ai prins în cârlig, sau el te-a prins în cârlig, şi decideţi amândoi să vă păstraţi relaţia. Vrei să rămâi în această relaţie toată viaţa. Abia aştepţi să nu mai trebuiască să vă spuneţi noapte bună şi să vă duceţi iarăşi spre locuinţe diferite. Îţi imaginezi seri romantice împreună, îmbrăţişându-vă unul pe celălalt, în faţa şemineului din casa voastră.

Odată ce nunta s-a încheiat, vă concentraţi pe viaţa voastră împreună. Vă acomodaţi cu slujbele voastre, decideţi cine va face lucrul de pe lângă casă, cine va ţine evidenţa schimbului de ulei la maşină, cine va plăti facturile etc. Cândva, în încercarea de a găsi o rezolvare la acestea, ţie, o femeie şi o persoană care se pricepe în mod natural să rezolve problemele, îţi vine pentru prima dată gândul acesta: *Nu-mi amintesc ca acest lucru să mă fi enervat înainte. Întotdeauna procedează aşa? Cum îl pot opri să mai facă acest lucru?*

> Beneficiile unei căsnicii depind de ceea ce investeşti în ea.
>
> – Autor necunoscut

Dintr-odată, există o discrepanţă între aşteptările tale şi realitatea de a trăi cu bărbatul tău. *Se aşteaptă să fiu servitoarea lui?*, te întrebi când găseşti mormanul de haine murdare sub partea lui de pat.

Ce e mai important pentru el – să petreacă cu prietenii lui sau să petreacă timp cu mine? Şi dacă îi place să petreacă cu prietenii, de ce se supără când ies şi eu cu o prietenă?

Credeam că am discutat cu privire la bugetul nostru. Eu l-am respectat. Şi apoi a mers şi a cumpărat televizorul cu plasmă. Nu ne permitem aşa ceva. Ce a fost în mintea lui?

Dacă e inginer, cum de nu reuşeşte să repare robinetul care curge?

Lista poate continua. Dacă nu eşti conştientă de nevoile reale ale unui bărbat – de ceea ce visează, la ce se gândeşte şi ce îl motivează în tot ceea ce face – se poate instala dezamăgirea. Neînţelegerea se poate transforma în mânie şi amărăciune. Poţi începe să te gândeşti: *Cu siguranţă nu la aceasta m-am angajat.*

Studiile scot la iveală faptul că 50% din cei care se căsătoresc în prezent vor sfârşi în divorţ. Iar din celelalte 50 de procente care rămân împreună doar jumătate sunt mulţumite de relaţia lor de cuplu.[1] Nu e de mirare că o căsnicie obişnuită durează doar şapte ani.

Aşadar, dă-mi voie să te întreb: Cât de împlinită eşti *chiar acum* de relaţia ta?

Dacă ai avea o baghetă magică şi ai putea schimba un singur lucru – mic sau mare – la soţul tău, care ar fi acesta?

CHESTIONAR

Cât de împlinită eşti?

A. Aş putea sta cu soţul meu 24 de ore şi să îmi doresc să mai stau cu el. Nu vreau să fiu niciodată departe de el.
B. Îmi iubesc soţul, dar îmi place să petrec un timp cu o prietenă în fiecare săptămână.
C. Testosteronul masculin din garaj mă va scoate în curând din sărite. Eu, o femeie, contez cât de cât?
D. E cineva care să dorească să schimbe partenerii pentru o zi, o săptămână, un an?

Pentru răspunsurile corecte, uită-te la pagina 228.

DACĂ AI PUTEA SCHIMBA UN LUCRU LA SOŢUL TĂU, CARE AR FI ACESTA?

E CINEVA INTERESAT DE REDECORAREA LOCUINŢEI?

Ai urmărit vreodată unul dintre show-urile de televiziune despre redecorarea locuinţei? Acelea care îţi spun cum să-ţi înfrumuseţezi

rapid locuinţa – şi cu un buget pe care ţi-l permiţi? Experţii fac ca lucrurile să pară atât de simple...

„De la dezordine la o bucătărie de expoziţie în zece minute sau mai puţin."

„Opt idei rapide pentru a-ţi face camera de zi mai confortabilă?"

„Schimbă-ţi dormitorul din stilul maroniu al anilor '70 în stilul elegant al anului 2007 într-un weekend."

Dar ce se întâmplă după aceasta? Te entuziasmezi să faci acest lucru... iar apoi descoperi că s-ar putea să fie puţin mai greu decât părea că este. S-ar putea să-ţi ia mai mult timp decât ai crezut. Şi s-ar putea să fie puţin mai costisitor decât credeai. Dar când ai terminat totul, cu siguranţă totul arată mai bine. Timpul, cheltuiala şi orice bătaie de cap s-au dovedit justificate.

Dar dacă am vorbi despre un alt gen de redecorare a locuinţei? Unul care te include pe tine şi pe soţul tău? Cei mai mulţi oameni aflaţi în relaţie trăiesc cu *aşteptarea* că vor putea să-l schimbe pe celălalt. Dacă vor depune suficiente eforturi destul de mult timp şi dacă îl vor cicăli suficient, celălalt, în cele din urmă, se va schimba.

Dar aceasta este ca şi cum ai încerca să ştergi petele unui leopard. Desigur, poţi încerca să faci această creatură unicoloră frecându-i pielea cu o perie de sârmă, dar nu-i vei putea şterge acele pete. Doar îl vei enerva pe leopard.

Stiliştii se descurcă bine cu hainele, părul şi casele, dar nu se descurcă bine cu leoparzii sau cu oamenii din viaţa ta.

Ai auzit de marele reformator Martin Luther? Gândirea şi scrierile lui au dus la Reformă, la transformarea într-o mare măsură a vieţii şi filosofiei bisericii aşa cum o ştim noi azi. Dar personalitatea lui stil perie de sârmă i-a iritat de asemenea pe mulţi oameni de-a lungul istoriei.

O femeie care se dovedeşte a fi o Martha Luther – o mare reformatoare în familia ei – nu va avea nevoie de mult timp până îl va irita pe bărbatul din viaţa ei îndeajuns de mult ca acesta să se închidă în el. Aşadar, dacă ai intrat în căsnicie gândindu-te: *Ei bine, nu-mi place acest lucru la el, dar îl pot schimba,* opreşte-te chiar acum. Gândeşte-te la următorul adevăr: Încă mai sunteţi băiatul sau fetiţa care aţi fost odată.

Nimănui nu-i place să i se spună ce să facă... în special unui bărbat. Dacă vrei să prinzi un şoarece, trebuie să pui în cursă caşcaval – hrana preferată a şoarecelui. Poţi încerca cu ananas, dar cursa îţi va rămâne goală.

La fel, trebuie să *înţelegi* specia masculină înainte de încerca să-ţi schimbi soţul. Altfel, s-ar putea să ai intenţii bune, dar te vei îndrepta într-o direcţie greşită.

Indiferent cât de mult încearcă societatea să facă cele două sexe androgine, bărbaţii şi femeile în mod evident sunt diferiţi. Sunt egali? Categoric! Dar nu sunt la fel.

Când femeile vorbesc despre bărbaţii viselor lor, ele folosesc cuvinte ca *dur, protector, arătos* şi *puternic*. Totuşi, mass-media încearcă din greu să schimbe imaginea unui bărbat într-un băieţel neputincios, cu trăsături feminine. Cineva care va fi prietena ta, va merge la cumpărături cu tine, te va privi întotdeauna în ochi şi îţi va da sprijinul verbal şi emoţional după care tânjeşti.

Dar o căsnicie fericită este una în care ambii parteneri înţeleg, acceptă şi celebrează diferenţele dintre ei. Ei se bucură să se relaţioneze unul la altul şi să vadă lumea prin ochii unici ai celuilalt. Cedează unul în faţa celuilalt în perioade tensionate sau dificile. (Înainte de a te enerva pe soţul tău, gândeşte-te doar la cât de iritantă eşti tu în timpul acelei „perioade speciale" a lunii. Aceasta va pune în perspectivă o mulţime de motive de nemulţumire.)

Cuplurile care lucrează împreună învaţă cum să privească stresul nu ca un atac personal, ci ca o provocare pe care o acceptă împreună. Cheia pentru creştere şi îmbogăţire în căsnicie constă în descoperirea modalităţilor de a comunica următorul mesaj: „Înţeleg cum te simţi şi îmi voi da toate silinţele pentru a-ţi împlini nevoile. Te iubesc şi voi fi lângă tine întotdeauna."

Mai exact, care sunt cele mai importante nevoi ale unui bărbat?

CELE TREI LUCRURI PE CARE ŞI LE DOREŞTE CEL MAI MULT

Recent, pe când vorbeam la o întrunire organizată de Women of Faith (o organizaţie a femeilor creştine, care susţine conferinţe în diferite locuri din SUA – n. ed.), am pus femeilor această întrebare: „Care credeţi că este nevoia numărul unu în viaţa unui bărbat?"

„Mâncarea", a strigat o femeie de vârstă mijlocie.

Toată lumea a râs.

„Telecomanda", a intervenit o roşcată.

Din sală s-au auzit mai multe râsete.

„Sexul", a adăugat o brunetă.

Din sală s-au auzit murmure.

„Bine, mă aşteptam la aceasta, am spus, dar nu este adevărat."

A urmat o pauză. Unele femei aveau feţe confuze şi mai multe şi-au ridicat sprâncenele.

„Voi ajunge la asta într-o clipă." Am zâmbit. „De ce altceva credeţi că are nevoie un bărbat?"

„Lucruri elementare, cum ar fi să-mi fac timp pentru el", a adăugat o femeie în vârstă. „Admiraţie."

Am încuviinţat dând din cap. „Da, acest lucru e într-adevăr important. Dar ce altceva?"

După alte câteva răspunsuri, cum ar fi: să aibă o carieră, bani şi succes – fără ca vreunul să menţioneze ceea ce aşteptam eu – vă pot spune că femeile deveniseră puţin frustrate. Le înţelegeam. La urma urmei, voi, femeile, sunteţi minunile relaţionale ale lumii. Vă place să descoperiţi cum stau lucrurile şi sunteţi bune la asta. Voi, dintre toţi oamenii, trebuie să fiţi în stare să înţelegeţi bărbaţii.

În cele din urmă am spus: „Nu aveţi nevoie de un doctorat pentru a descifra ceea ce îl motivează. Bărbaţii sunt foarte uşor de înţeles. Dar pentru a face aceasta trebuie să ştiţi ce se petrece în interiorul unui bărbat – în miezul psihicului masculin. Abia atunci veţi putea găsi modalităţi de a răspunde într-un mod pozitiv la comportamentele sau cuvintele care, altfel, v-ar scoate din sărite. Dar iată cum stau lucrurile: *voi* sunteţi cele care pun totul în mişcare în relaţiile voastre. Deoarece, odată ce i-aţi înţeles pe bărbaţi, pricepeţi că în inima lor sunt doar băieţei. Ei doresc să vă fie pe plac şi teama lor cea mai mare e să nu vă rănească sentimentele, pentru că s-ar putea să-i respingeţi.

Apoi am început să detaliez. Le-am împărtăşit care sunt cele mai importante trei nevoi ale bărbatului – şi am spus că aceste nevoi au de-a face cu femeia din viaţa lui. Cu voi. Aceste trei nevoi au de-a face cu modul în care un bărbat gândeşte, acţionează şi se comportă. Ele sunt esenţiale pentru cele şapte lucruri pe care el

nu ţi le va spune niciodată... dar pe care trebuie să le cunoşti. Ele sunt adevărate în 85% dintre căsnicii, căci în 15% dintre căsnicii rolurile sunt inversate. (Dacă te încadrezi în această categorie cu roluri inversate, nu te opri din lectură. Vei găsi totuşi o mulţime de lucruri utile în această carte.)

Aşadar, iată care sunt cele mai importante nevoi ale bărbatului.

- Să fie respectat
- Să vadă că ai nevoie de el
- Să fie împlinit

Ce? Unde este dragostea în această combinaţie?, s-ar putea să întrebi. *Nu este dragostea importantă şi pentru bărbaţi?* Întreabă orice bărbat dacă ar prefera să fie iubit sau respectat şi cei mai mulţi vor spune că preferă să fie respectaţi. Pentru că, dacă un bărbat nu este respectat, el nu se simte iubit.

DACĂ UN BĂRBAT NU ESTE RESPECTAT, EL NU SE SIMTE IUBIT.

Respectă-mă

Ştiaţi cât de mult ne intimidaţi voi, femeile? Sunteţi o minune a lumii în ce priveşte planificarea. Ceea ce reuşiţi să faceţi în fiecare zi e mai mult decât escaladarea Muntelui Everest de mai multe ori. Nu doar că ţineţi casa curată, dar o faceţi să arate frumoasă. Sunteţi o parte activă a şcolii, a cartierului, a comunităţii şi a evenimentelor de la biserică. Planificaţi programul meu, al vostru şi, adesea, al copiilor noştri fără efort (cel puţin aşa ni se pare nouă). Vă amintiţi zilele de naştere, extemporalele care trebuie semnate şi trimise înapoi la şcoală, animalele de companie care trebuie hrănite şi plimbate, şi programările la medic. De asemenea, şaptezeci şi două de procente dintre voi lucrează în afara casei – şi fac şi toate aceste lucruri!

Sincer, uneori, când noi bărbaţii ne terminăm ziua, nu pare să fi făcut prea multe când auzim litania a ceea ce aţi făcut voi într-o zi.

Ca minunile relaţionale ale lumii, femeile par, de asemenea, să ştie tot ce se petrece în fiecare context în care sunt implicate... cât şi cele mai recente bârfe din casele vecinilor. Deoarece aveţi o nevoie de a vorbi şi vă place să vorbiţi, ajungeţi să-i cunoaşteţi repede pe ceilalţi.

Căsnicia este ca un schimbător de viteză care are trei trepte: afecţiune, prietenie, dragoste. Nu este recomandat să-ţi distrugi cutia de viteze şi să treci direct la dragoste. Trebuie să pregăteşti calea înspre ea. Baza dragostei este respectul şi acesta trebuie învăţat prin afecţiune şi prietenie.

– Peter Ustinov

Iată ce vreau să spun: urci în avion şi stai lângă o altă femeie. În timpul unei ore de zbor îi afli numele, motivul pentru care merge cu avionul, numele şi ocupaţia celor doi copii ai ei, cel mai bun loc pentru a face cumpărături ieftine în Chicago când vei coborî din avion, trei povestiri despre ce a făcut nătărăul ei de soţ în ultimul timp, şi multe altele.

Puneţi în contrast aceasta cu următorul exemplu: te urci în avion şi stai lângă un bărbat. Încerci să intri în discuţie cu el, dar totul se rezumă la: „E o zi frumoasă, nu-i aşa?"

Bărbatul încuviinţează dând din cap... o singură dată... apoi se întoarce la lectura ziarului. Nu are nicio nevoie de a discuta în continuare cu o femeie cu care nu are nicio relaţie.

Dacă doi bărbaţi stau unul lângă celălalt, întreaga lor conversaţie va fi o simplă aprobare a ceea ce spune ziarul. Aceasta este tot ce trebuie să fie împărtăşit.

Vedeţi, un bărbat nu are nevoie să vorbească. Deoarece o femeie foloseşte într-o zi în medie de trei ori şi jumătate mai multe cuvinte ca un bărbat, tu eşti foarte doritoare să staţi de vorbă când soţul tău vine acasă de la slujbă. Contrastează aceasta cu soţul tău, care deja şi-a utilizat norma zilnică de cuvinte la slujbă. Acum, tot ce doreşte el e să tacă. Dar aceasta nu înseamnă că nu e gata să te asculte. El este gata să te asculte, doar că nu simte nicio nevoie să contribuie imediat cu ceva la conversaţie. Doreşte să-l respecţi spunându-i despre cum ţi-a trecut ziua – în special despre tot ce este esenţial pentru viaţa familiei tale. (Se simte cu adevărat

nerespectat dacă aude despre ceva ce s-a întâmplat în familia lui de la altcineva.)

De asemenea, tu îi arăţi respect tratându-l ca un adult (chiar când s-ar putea să acţioneze ca un băieţel.) Soţia mea, fie ea binecuvântată, este primul copil din familia ei. Ea este o dovadă vie a ceea ce cred eu despre primii născuţi. Primilor născuţi *le place* să spună oamenilor ce să facă.

Aproape patruzeci de ani am stat în scaunul meu de piele în fiecare dimineaţă bând o ceaşcă de cafea şi urmărind postul FOX News. De asemenea, am citit ziarul local şi *USA Today* şi apoi, cu mare nepăsare, le-am aruncat lângă scaun. Timp de aproape patruzeci de ani draga mea Sande a insistat să-mi spună să ridic ziarele de jos.

Nu e vorba de faptul că ea vrea să citească ziarul. Ea nu este interesată de niciun ziar. Dar ei îi place să-mi spună – să-mi amintească – şi a făcut asta timp de aproape patruzeci de ani.

În câteva secunde să facem acest calcul: 365 de zile (cu excepţia cazului în care avem un an bisect) x 40 ani = 14 600. Aceasta înseamnă că ea mi-a reamintit de 14 600 de ori să ridic ziarul. Oare ea crede că, dacă nu mi-ar spune să ridic ziarul, el ar rămâne acolo, neglijat şi în dezordine, lângă scaun? Oare ea chiar crede că nu l-aş lua şi l-aş duce la gunoi?

Gândiţi-vă la următoarea situaţie. Sande urma să plece în acea seară pentru a petrece noaptea de vineri la întrunirea femeilor. În timp ce ieşea pe uşă, m-a rugat ca în dimineaţa următoare să merg la restaurantul Marie Callender's pentru a cumpăra două plăcinte cu lămâie, deoarece ea nu va reveni acasă la timp pentru a coace plăcinte pentru sărbătoarea familiei noastre de sâmbătă seara.

Sâmbătă dimineaţa, m-am sculat şi am găsit o notă:

Dragă Leemie,
Deja mi-e dor de tine.
Nu uita să cumperi plăcintele.

Am zâmbit. La urma urmei, am făcut 13 ani de colegiu, aşa că ar trebui să mă crezi în stare să reţin un gând din noaptea trecută până a doua zi dimineaţa. Dar asta-i Sande, Dumnezeu s-o iubească!

Aceeaşi femeie care cu nouă zile în urmă a cumpărat vopsea pentru bărbatul care încearcă să refacă puntea care fusese distrusă de inundaţie. Unde este vopseaua acum? Încă stă pe treptele de cărămidă de la intrarea casei unde a lăsat-o când a scos-o din maşină. Şi rolele sunt tot acolo.

În fiecare zi trec pe acolo, văd încă o dată vopseaua şi rolele, şi râd. Ziarul trebuie să fie luat de pe podea în ziua în care este publicat. (De fapt, chiar acum este 9:35 dimineaţa şi deja mi-am citit ziarul şi l-am pus în cutia pentru reciclare. Aceasta este o regulă pentru locuinţa Leman.) Totuşi vopseaua şi rolele dragii mele soţii pot sta acolo ţanţoşe, chiar la intrarea casei noastre, fără a o deranja.

Într-adevăr, femeile sunt un mister.

Dar, pentru că o iubesc pe Sande şi înţeleg acest gen de lucruri cu privire la ea, oftez în lăuntrul meu şi o las să-mi spună ce să fac... încă o dată. Cu siguranţă că ea acceptă destul de mult din personalitatea mea capricioasă pentru a lăsa ca chestia cu ziarul să continue. Iar eu râd pe înfundate de fiecare dată când trec pe lângă proiectele ei neterminate.

Lucrul important este să ne acordăm respect unul celuilalt, în ciuda lucrurilor capricioase care te-ar putea scoate din sărite. Cum ar fi: şosetele murdare de sub pat, pasta de dinţi de pe chiuvetă, telefoanele care nu sunt niciodată la locul lor, paharele care sunt uitate în curte. După cum spune un vechi proverb: „De ce să dăm prea multă importanţă lucrurilor minore?"

Noi, bărbaţii, putem părea duri pe dinafară, dar suntem fragili în interior. Dacă ne simţim nerespectaţi sau reduşi la tăcere, vom deveni tăcuţi şi ne vom închide în noi. Vom începe să căutăm alte surse de respect – cum ar fi să facem multe ore suplimentare seara şi la sfârşit de săptămână, departe de casă.

FĂRĂ RESPECT, NU EXISTĂ NIMIC PE CARE SĂ NE DEZVOLTĂM RELAŢIILE. NICIO TEMELIE.

Fără respect, nu există nimic pe care să ne dezvoltăm relaţiile. Nicio temelie. Fără respect, un bărbat nu se simte iubit.

Nevoia cea mai importantă a unui bărbat este să se simtă respectat... în special de tine.

Arată-mi că ai nevoie de mine

Ştiai că bărbatul tău este dependent de tine? Din cauză că bărbaţii sunt mai puţin „relaţionali", noi tindem să avem mult mai puţini prieteni. Desigur, avem prieteni cu care ne jucăm jocuri pe computer, cu care mergem la vânătoare, cu care alergăm şi cu care mergem la sala de forţă, dar ei sunt mai mult ceea ce numim „cunoştinţe". Aceia dintre noi care avem un prieten bun – prietenul meu Moonhead şi cu mine suntem prieteni intimi de mult timp – ne socotim foarte norocoşi. Gândeşte-te la următorul lucru: în toţi anii în care ne-am cunoscut unul pe altul, Moonhead şi cu mine am vorbit o singură dată 36 de minute. Şi aceasta când am discutat un subiect foarte important. Dar a avea o astfel de discuţie lungă e ceva ce are loc extrem de rar între noi... sau între bărbaţi.

Totuşi, tu, ca femeie, nu consideri o conversaţie ca fiind adevărată dacă nu a durat trei ore şi 55 de minute şi dacă nu ai discutat mai multe subiecte din diverse puncte de vedere!

Din cauză că bărbaţii au mai puţini prieteni, tu ocupi un loc mult mai important în gândurile soţului tău decât ai putea crede. De fapt, singura persoană de care îi pasă cel mai mult soţului tău eşti tu. Deşi ego-ul lui s-ar putea ascunde în activităţile lui profesionale, nu lăsa ca aceasta să te păcălească.

OCUPI UN LOC MULT MAI IMPORTANT ÎN GÂNDURILE SOŢULUI TĂU DECÂT AI PUTEA CREDE.

Cu toate că bărbaţii se identifică cu munca lor – promovările, creşterile salariale, aprecierile pentru o treabă bine făcută sunt extrem de importante pentru ei – locul în care un bărbat vrea cu adevărat să aibă succes este căminul lui. Dincolo de bravada lui, de mormăitul lui, de lipsa lui de comunicare de care dă dovadă uneori, soţul tău are nevoie să fie eroul tău. Şi ce femeie nu şi-ar dori aceasta ca obiectiv final?

De fapt, dacă vrei un bărbat care să-şi arate dragostea pentru tine făcându-ţi surprize cu un buchet de flori, care să fie un tată minunat, care să fie prezent întotdeauna la meciul de baschet al copiilor lui, care să fie un luptător pentru tine şi familia lui, atunci iată secretul. El trebuie să simtă că *ai nevoie de el*. Trebuie să audă

aceasta în cuvintele tale şi să o vadă în acţiunile tale. Trebuie să audă când o spui unei prietene la telefon:

„Ştii ce a făcut minunatul meu soţ săptămâna trecută? Casa era într-o dezordine de nedescris şi într-adevăr aveam nevoie de ajutor. Mă simţeam copleşită, deoarece am un proiect care merge greu şi am lucrat tot timpul la birou. Miercuri eram atât de obosită, încât pur şi simplu doream să plâng. Nu aveam energie nici să merg să cumpăr alimente înainte de a mă îndrepta spre casă. Îmi imaginam că va trebui să mâncăm la cină supă din conservă.

Dar ghici ce s-a întâmplat! Când am intrat pe uşa din faţă, camera de zi era pusă în ordine, vasele murdare de la micul dejun erau în spălătorul de vase şi puteam mirosi mâncarea mea chinezească preferată. Oh, cât de mult îmi iubesc soţul! Ştia cât de mult aveam nevoie de ajutorul lui."

El are nevoie ca tu să fii eficientă şi independentă... dar nu prea eficientă şi independentă. El are nevoie să-i permiţi să facă lucruri pentru tine, chiar dacă nu le face aşa cum le-ai face tu.

EL ARE NEVOIE CA TU SĂ FII EFICIENTĂ ŞI INDEPENDENTĂ... DAR NU PREA EFICIENTĂ ŞI INDEPENDENTĂ.

Poate ai un salariu de şase cifre. Poate trebuie să ai grijă întreaga zi de copiii preşcolari ai altora. Poate conduci vieţile tuturor celor patru copii ai voştri – cu vârste între cinci şi optsprezece ani. Poate simţi că te descurci minunat de una singură. Cel puţin în cele mai multe zile.

Dar fii atentă să nu fii prea independentă, deoarece în acest caz mesajul pe care îl transmiţi subtil bărbatului pe care îl iubeşti este: *De fapt, nu am nevoie de tine.* Şi ce bărbat puternic doreşte să stea în preajmă, când este evident că nu este nevoie de el? Când contribuţia lui la familie – ca cel care poartă de grijă, soţ, tată – nu este apreciată?

Bărbaţii sunt o specie ciudată, recunosc asta. Dacă ne trataţi corect şi ne mângâiaţi, vom toarce ca motăneii şi vom dori să facem totul pentru a vă face fericite. Şi, spre deosebire de cele mai multe pisici care îi tratează pe oameni ca persoane angajate şi nu ca membri ai familiei, cei mai mulţi dintre noi vă vom fi loiali până

la sfârşitul zilelor noastre dacă ne respectaţi şi ne arătaţi că aveţi nevoie de noi.

Dacă un bărbat ştie că rolul lui în viaţa familiei nu poate fi jucat de nimeni altcineva, el va rezista chiar când firma lui face pe neaşteptate reduceri de personal şi rămâne fără slujbă. Chiar când fizicul lui trece de la supleţea celor douăzeci şi ceva de ani la grăsimea de la patruzeci şi ceva. Chiar când îţi uită ziua de naştere sau când face o greşeală financiară costisitoare.

A doua nevoie importantă a unui bărbat este să simtă că alţii au nevoie de el... în special tu.

Împlineşte-mă

Când bărbatul tău te-a ales ca sufletul lui pereche, te-a ales cu un motiv. Iată ce gândea: *Tocmai am întâlnit-o pe femeia viselor mele. Mă voi căsători cu ea, o voi iubi de-a pururi şi va fi a mea pentru totdeauna. Îmi aparţine mie. Vom avea o viaţă sexuală grozavă întotdeauna.*

Apoi, după perioada de romantism, nuntă şi luna de miere, vă loveşte realitatea. Viaţa a revenit la „normal". El este ocupat cu slujba lui (sau să-şi găsească o slujbă). Tu începi să te simţi ca o femeie de care trage toată lumea, toţi aşteptând să fie ajutaţi de tine. Te epuizezi emoţional şi fizic încercând să împlineşti fără întârziere nevoile tuturor.

Mi-am ales soţia, aşa cum şi-a ales ea rochia de nuntă, fiind interesat să arate bine.
– Oliver Goldsmith

Deoarece şi-a încheiat treaba cu căsnicia, acum el şi-a concentrat atenţia spre a avea succes în carieră şi a purta grijă de familie. Dintr-o dată ai primit mai puţini trandafiri roşii, mai puţină atenţie romantică şi, să fim cinstiţi, uneori ai început să simţi de parcă ai fi proprietatea lui, dar nu dragostea lui.

Apoi, dacă au apărut copiii, viaţa ta ca familie a devenit chiar mai complicată. Uneori îţi surprinzi soţul privindu-te cu sete şi ştii exact la ce se gândeşte. Dar nu mai poţi amâna cina pentru o scurtă zbenguială în pat aşa cum obişnuiai să faci, deoarece acum ai un ţânc de doi ani care ţipă după mâncare. Apoi, mai e proiectul de ştiinţele naturii pe care copilul din clasa a cincia trebuie să-l termine până mâine.

Pe la ora nouă, când copiii sunt înveliţi în pat, eşti epuizată. Ultimul lucru la care te gândeşti este să satisfaci nevoile altcuiva. La urma urmei, nu asta ai făcut toată ziua?

Aşadar, încă o dată, bărbatul cu care te-ai căsătorit, care te-a considerat „femeia visurilor lui", trebuie să se mulţumească doar cu rămăşiţe din tine. Cu acele piese care spun: sunt prea obosită pentru a mai avea energie.

Şi, pentru soţul tău, sexul este cea de-a treia nevoie importantă.

Eşti surprinsă? Mă îndoiesc. S-ar putea să nu ştii următorul lucru: pentru un bărbat împlinirea sexuală este importantă. Dar există o diferenţă între a face pur şi simplu sex şi a fi împlinit sexual. Atitudinea ta faţă de sex – fie insistentă, agresivă, amuzantă sau rece, nepăsătoare, din rutină, cu atitudinea „hai-să-o-facem-să-trecem-peste-asta" – înseamnă foarte mult pentru soţul tău.

Spus simplu, soţul tău are nevoie de sex – şi are nevoie să-ţi placă şi ţie. Tânjeşte să fie intim cu persoana în care se încrede cel mai mult, şi aceasta eşti tu. Dacă se simte împlinit în relaţia cu tine, nu va căuta pe altcineva.

DACĂ SE SIMTE ÎMPLINIT ÎN RELAŢIA CU TINE, NU VA CĂUTA PE ALTCINEVA.

Sexul este un ingredient important al împlinirii unui bărbat. Dar nu este singurul ingredient. Soţul tău trebuie să ştie, de asemenea, că în lumea ta, el este prioritatea supremă. Că nimeni altcineva – inclusiv mama, tatăl, prietenele sau copiii – nu are importanţa pe care o are el în inima şi în viaţa ta. El trebuie să te audă spunând la telefon unei prietene: „O, Anne, trebuie să închid. Jim tocmai a intrat pe uşă." Şi are nevoie nu doar să te audă spunându-i: „Bun venit acasă!", dar şi să simtă braţele tale în jurul lui şi sărutul tău călduros... chiar dacă este unul scurt, deoarece oala cu apa pentru macaroanele cu brânză fierbe prea tare.

Când îţi faci timp doar pentru el (şi nu îi dai doar rămăşiţele, ce a mai rămas din tine seara târziu), un bărbat se simte preţuit de tine emoţional *şi* fizic.

A treia nevoie a unui bărbat este să se simtă împlinit... în special de tine.

DIRECT LA INIMĂ

Când te uiţi la soţul tău, ce vezi mai întâi? Vezi tipul de pantofi sau costumul pe care îl poartă? Apreciezi critic dacă a ales cureaua potrivită ca accesoriu pentru îmbrăcămintea de slujbă?

Sau vezi inima soţului tău? Ceea ce încearcă să facă pentru tine şi familia ta, chiar dacă uneori nu-i reuşeşte? Expresia de pe faţa lui când intră pe uşă – este dornic să-ţi spună noutăţile, este dezamăgit datorită unui lucru care i s-a întâmplat, sau se simte obosit?

NOI, BĂRBAŢII, SUNTEM FIINŢE SIMPLE. DACĂ CELE TREI NEVOI ALE NOASTRE SUNT ÎMPLINITE, VOM FI SOŢI MAI BUNI, TAŢI MAI BUNI ŞI IUBIŢI MAI BUNI.

Îţi este uşor să-ţi pui soţul pe primul loc? Sau este o luptă datorită stresului din relaţia ta, a unei munci grele sau a prea multor angajamente?

Nu trebuie să fii specialistă cu diplome pentru a-ţi pricepe soţul. Cele trei nevoi ale lui sunt fundamentale – să fie respectat, să simtă că ai nevoie de el şi să fie împlinit. Dacă înţelegi aceste nevoi şi cauţi să le împlineşti, vei avea un soţ care te va proteja cu forţa unui pitbull, dar care, de asemenea, va avea blândeţea unui ursuleţ faţă de tine şi copiii tăi (sau faţă de copiii pe care i-ai putea avea în viitor).

Vezi, noi bărbaţii suntem simpli. Dacă cele trei nevoi de bază ale noastre sunt împlinite, vom fi soţi mai buni, taţi mai buni şi iubiţi mai buni. Şi vom fi fericiţi să fim lângă voi întreaga viaţă. Doar puţin efort din partea voastră şi va fi cea mai bună afacere pe care aţi făcut-o vreodată!

BCU IAŞI

„Limbajul bărbaţilor"

CELE MAI IMPORTANTE TREI NEVOI ALE UNUI BĂRBAT

1. Să fie respectat
2. Să vadă că ai nevoie de el
3. Să fie împlinit

Tocmai am arătat cele trei nevoi fundamentale ale unui bărbat.

Aceste nevoi vor afecta totul la un bărbat – ce simte cu privire la el însuşi, la cariera lui, la viaţa lui de familie, la tine, la relaţia voastră şi la viitorul vostru împreună.

Dar întreabă orice bărbat: „Ce doreşti să ştie despre tine femeia pe care o iubeşti? Ce i-ai spune dacă ai putea s-o faci?", şi el se va abţine de la discuţie.

De ce? Pentru că adesea lucrurile care contează cel mai mult pentru un bărbat sunt şi cele pe care îi este frică să le rostească. Este precaut – adesea pe bună dreptate – din cauza imaginii pe care aceste afirmaţii o vor arunca asupra lui însuşi sau a modului în care vor afecta atitudinile şi reacţiile femeii pe care o iubeşte.

Totuşi, în adâncul fiecărui bărbat sunt şapte lucruri pe care el nu ţi le va spune niciodată... dar pe care trebuie să le ştii. Şi fiecare dintre aceste şapte lucruri se împletesc fără nicio şansă de scăpare cu cele trei nevoi de bază ale lui.

Aşadar, în numele bărbaţilor de pretutindeni, voi avea curajul să le spun...

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

PRIMUL LUCRU
PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

„Este joi şi deja mi-am epuizat cuvintele."
(„Dar dacă vrei să vorbeşti, dragă, continuă.")

De ce bărbaţii preferă rezumatele, iar femeile întregul roman...

• • •

Era unul din evenimentele sociale pe care le urăsc. Unul dintre acelea la care trebuie să te îmbraci elegant, să arăţi cât mai bine, să încerci să fii sociabil chiar când nu te simţi în largul tău şi te simţi sugrumat deoarece cravata ţi-e prea strânsă.

Dar, pentru că îmi iubesc soţia, am fost de acord să o însoţesc... cu toate că, după ce am ajuns acolo, nu am mai văzut-o pentru cea mai mare parte a serii.

M-am învârtit prin jur câteva minute, salutându-i pe alţii din cap şi zâmbind şi, în cele din urmă, am ajuns la vasul cu punci. Când nu te simţi confortabil, e util să ţii ceva în mână.

După ce mi-am turnat punciul cât de încet posibil, am păşit în spate pentru a examina încăperea şi a sorbi băutura cât mai lent.

Chiar atunci un alt bărbat a păşit spre vasul cu punci. L-am salutat din cap.

Salutul din cap este un limbaj universal al bărbaţilor şi e uşor de făcut. Când vezi un alt bărbat, îţi ridici capul un centimetru. El, la rândul lui, îşi ridică capul un centimetru. Tocmai aţi avut o întreagă conversaţie şi amândoi sunteţi mulţumiţi. Amândoi v-aţi spus: „Hei, cum mai eşti? E o petrecere grozavă, nu-i aşa?", fără a vă vorbi.

BUCHAREST UNIVERSITY LIBRARY

Dar acest tip de la vasul cu punci părea la fel de pierdut ca mine.

Deodată m-a cuprins o licărire de vulnerabilitate. Mi-am întins mâna. „Sunt Kevin."

Mi-a strâns-o. „Rick."

„E o petrecere grozavă, nu-i aşa?" am adăugat.

Şi apoi, chiar acolo, mi s-au terminat cuvintele. La urma urmei, acest tip era un străin. Nu trebuia să continui conversaţia cu el.

Încă ne aflam la vasul cu punci, aşa că am încercat din nou. „Deci... cu ce vă ocupaţi?"

Acest mic schimb de cuvinte a mai durat 30 de secunde.

Din nou mi s-au terminat cuvintele. Ce să spui când nu a avut loc recent un meci despre care să vorbeşti?

Apoi a trecut pe acolo Sande – o viziune de farmec în ochii mei şi, chiar mai mult, salvatorul meu social. „Rick, aceasta este soţia mea, Sande", am spus, apucând braţul soţiei mele.

Dintr-odată stânjeneala a dispărut. Sande a stat prin preajmă şi a umplut golul câteva minute cu personalitatea ei vie, apoi m-a dus să mă prezinte mai multor persoane.

M-am simţit ca un peşte care tocmai a fost prins, zbătându-se sălbatic şi cu ochii bulbucaţi, pe puntea unui vas. Apoi un suflet binevoitor a spus: „O, uită-te la el!", şi a avut milă de mine şi m-a aruncat înapoi în apă, unde puteam respira şi mă putem simţi liniştit din nou.

Acum, să zicem că eşti o femeie şi că ai întâlnit pentru prima dată o altă femeie pe nume Carol la o petrecere lângă vasul cu punci.

„Bună", spune ea. „Sunt Carol."

Te prezinţi singură şi adaugi: „Ce pantofi frumoşi ai!"

„O, i-am luat de la Macy", începe ea, şi apoi amândouă continuaţi discuţia. Chiar dacă eşti din fire o femeie tăcută, în 45 de minute de conversaţie vei vorbi despre pantofi, despre rochiile tale, despre locurile unde îţi place să faci cumpărături, despre reţeta preferată de punci, despre locurile pe care le-ai vizitat în această vară şi ce ţi-a plăcut la ele, despre cât de mult îţi lipseşte o prietenă care s-a mutat etc. Şi, ştii ceva? Deşi una dintre voi este vicepreşedinte la o bancă locală, iar cealaltă o asistentă la un spital

din oraş, ocupaţia voastră nici măcar nu e menţionată. Nu aveţi tendinţa de a discuta chestiuni profesionale.

Dar vă despărţiţi având numerele de telefon scrise pe şerveţele, fluturându-vă mâinile când vă luaţi la revedere şi spunându-vă: „Te voi suna." Şi, ce este cel mai uimitor pentru noi, bărbaţii, adesea chiar o faceţi!

ASCULTARE ≠ RĂSPUNS

Suntem noi, bărbaţii, doar nişte idioţi relaţionali? Uneori, da. Dar gândeşte-te că, deoarece femeile folosesc de obicei de trei ori şi jumătate mai multe cuvinte decât bărbaţii (după cum am afirmat în introducerea acestei cărţi), când ajungem acasă de la slujbă, deja ne-am *epuizat* numărul de cuvinte. Aceasta înseamnă că orice se petrece seara (când au loc cele mai multe evenimente sociale), ne prinde când ne simţim *cel mai puţin* relaţionali. Serios, deoarece trebuie să vorbim întreaga zi pentru a ne face slujba, o relaţie cu telecomanda pare grozav de bună. Nu ne pune întrebări şi nu se înfurie pe noi dacă nu am terminat o sarcină sau dacă nu răspundem unei întrebări într-un anumit mod.

De aceea, când vorbiţi cu noi despre vreun lucru, nu e vorba că nu dorim să *vă ascultăm*. Adesea problema este că nu suntem echipaţi să vă *răspundem* chiar în acel moment. Dar, cea mai mare parte a timpului, chiar dacă suntem în fotoliu, schimbând canalele cu telecomanda, vă auzim. Doar că ne ia puţin timp pentru a vă răspunde.

CÂND VORBIŢI CU NOI DESPRE VREUN LUCRU, NU E VORBA CĂ NU DORIM SĂ VĂ ASCULTĂM. ADESEA PROBLEMA ESTE CĂ NU SUNTEM ECHIPAŢI CA SĂ VĂ *RĂSPUNDEM*.

Aduceţi-vă aminte că suntem obişnuiţi să faceţi cercuri relaţionale în jurul nostru. Uneori ne ia ceva timp să vă ajungem! Dar adesea ceea ce auzim este un oftat puternic, apoi un strigăt iritat: „Mă asculţi?" Sincer, ne ia 20 de minute pentru a ne „dezintoxica" de muncă şi a pricepe următorul pas al

proiectului pentru mâine, şi acum începem să pricepem că la sfârşitul lungii cuvântări există o idee importantă. Şi este ceva ce, bineînţeles, ar trebui să ştim... poate chiar să facem ceva în acest sens.

Deoarece femeile în general au o nevoie de a vorbi, de a comunica, de a procesa, uneori un bărbat se va decupla când debitul cuvintelor devine prea mare. Ştiţi despre ce vorbesc – şi exact când se întâmplă aceasta cu soţii voştri! Ochii încep să-i devină inexpresivi, se concentrează chiar mai mult pe ziar şi pe televizor şi începe să spună „Da, da" la tot ce îi spui. Ce se întâmplă de obicei? Devii tot mai frenetică în dorinţa ta de a fi înţeleasă, prin urmare vorbeşti mai mult şi prăpastia dintre voi devine tot mai mare.

Între timp, soţul tău se gândeşte: *N-ai vrea să te opreşti din vorbit şi să laşi aerul să circule în încăpere?*

Problema în căsnicie este că ne îndrăgostim de o personalitate, dar trebuie să trăim cu un caracter.

– Peter DeVries

Nu e de mirare că acest gen de scene au loc când te gândeşti la dorinţele diferite ale bărbaţilor şi femeilor.

CELE MAI IMPORTANTE TREI NEVOI ALE UNEI FEMEI

Când le întreb pe femei ce îşi doresc cel mai mult, primesc răspunsuri de genul:

„Doresc să fiu iubită. Vreau nu doar să *ştiu* că sunt iubită, vreau ca el să-mi spună şi să-mi arate aceasta."

„Vreau să vorbesc şi să ştiu că mă aude. Uneori nu doresc un răspuns, vreau doar să fie atent."

„Vreau să fie disponibil pentru mine şi copiii mei. Vreau ca noi să fim prioritatea lui supremă."

„Vreau să fiu sufletul lui pereche."

„Vreau să-mi spună despre cum i-a trecut ziua şi vreau să asculte când îi povestesc despre cum mi-am petrecut eu ziua... şi să îi pese!"

„Vreau să ştiu că se gândeşte la mine în timpul zilei."

Când i-am întrebat pe bărbaţii prezenţi la un seminar recent pe

tema căsniciei ce îşi doresc cel mai mult femeile, un bărbat a strigat tare: „Cardul meu Visa!"

În timp ce soţia lui îl înghiontea, au izbucnit râsete din partea celorlalţi bărbaţi din public.

În realitate, cele mai importante nevoi ale unei femei sunt, în această ordine:

1. afecţiune;
2. comunicare onestă, deschisă;
3. dedicare pentru familie.

Afecţiune

Mai mult decât orice altceva, o femeie are nevoie de afecţiune. Pentru un bărbat, afecţiunea înseamnă sex. Pentru o femeie înseamnă îmbrăţişări, săruturi, ţinerea de mână, mângâieri pe spate, o floare sau un bileţel drăguţ fără vreun motiv special. Înseamnă ca bărbatul ei să-i ofere ceva fără să se aştepte să primească ceva înapoi. Ea are nevoie de afecţiune ca *afecţiune*, nu doar ca preludiu.

PENTRU UN BĂRBAT, AFECŢIUNEA ÎNSEAMNĂ SEX. PENTRU O FEMEIE ÎNSEAMNĂ ÎMBRĂŢIŞĂRI, SĂRUTURI, ŢINEREA DE MÂNĂ, MÂNGÂIERI PE SPATE, O FLOARE SAU UN BILEŢEL DRĂGUŢ FĂRĂ VREUN MOTIV SPECIAL.

Mă îndoiesc că există o femeie în viaţă care ar spune: „Îmi place doar când soţul meu mă înhaţă!" O femeie doreşte să fie sărutată, mângâiată, îmbrăţişată. Şi există o întrebare nerostită pe care o pune soţului ei în fiecare zi: „Mă iubeşti cu adevărat?" Dacă soţul ei îi arată afecţiune doar când fac dragoste, nu va trece mult timp până când femeia va simţi că nu este iubită. *La urma urmei*, se gândeşte ea, *este drăguţ cu mine doar când doreşte să facă sex*. Şi se va simţi folosită – de parcă ar fi proprietatea lui sau un obiect, mai degrabă decât femeia de vis a bărbatului ei... femeia pe care o iubeşte şi o preţuieşte mai mult decât pe oricine altcineva de pe pământ.

Cum se simte o femeie preţuită? Când am pus această întrebare câtorva femei, iată ce au răspuns:

„Când îmi spune ce mamă bună sunt."

„Când duce gunoiul fără să-i cer acest lucru."

„Când curăţă murdăria pe care am făcut-o eu în bucătărie."

„Când îmi spune că sunt frumoasă, chiar în zilele când mă simt grasă şi urâtă."

O femeie are nevoie să ştie că este iubită pentru ceea ce este, nu pur şi simplu pentru ceea ce face. Ea are nevoie să ştie că bărbatul ei se gândeşte la ea cu afecţiune şi dragoste când este acasă şi când este plecat. După cum mi-a spus o femeie: „Deoarece ştiu că mă iubeşte, pot face faţă chiar şi celor mai grele zile şi să vin acasă având o dispoziţie bună. Dragostea lui dă un scop vieţii mele."

Comunicare onestă, deschisă

Ştiai că studiile ştiinţifice dovedesc că o femeie tinde să fie mai „relaţională" decât partenerul ei de sex masculin? De fapt, o femeie are mai multe fibre de conectare între partea verbală şi emoţională a creierului ei decât are un bărbat. Aceasta înseamnă că sentimentele şi gândurile unei femei se transmit mai rapid, ca pe autostradă, pe când cele ale bărbatului se mişcă încet, de parcă şi-ar trage picioarele pe un drum prăfuit. În cele din urmă, gândurile lui le vor ajunge pe cele ale femeii, dar pentru moment sunt cu mulţi kilometri în urmă.

Când e vorba de aceşti kilometri, femeile tind să devină exasperate. La urma urmei, sunteţi atât de bune în a vă exprima sentimentele şi a sări de la un subiect la altul, cine v-ar putea învinovăţi că vă daţi ochii peste cap când tot ce puteţi scoate de la soţii voştri se limitează la „un mormăit"? Pentru ca lucrurile să fie şi mai enervante, s-ar putea ca el să-şi sune un amic la un minut după ce ţi-a mormăit ceva ca răspuns la întrebarea ta şi să înceapă o discuţie de zece minute despre mărimea păstrăvului pe care l-au prins vara trecută, despre vreun program de soft care tocmai a apărut sau despre noile modele de telefoane mobile.

Expertul în comunicarea dintre bărbaţi şi femei, Deborah Tannen, în cartea ei clasică, *You Just Don't Understand [Pur şi simplu nu înţelegi]*, numeşte comunicarea dintre bărbaţi şi femei, „comunicare între culturi diferite". Ea explică în felul următor:

Dacă femeile vorbesc un limbaj al conectării şi intimităţii, în timp ce bărbaţii vorbesc şi aud un limbaj al statutului şi independenţei, atunci comunicarea dintre un bărbat şi o femeie poate fi o comunicare între culturi diferite, victimă a ciocnirilor dintre stiluri diferite de conversaţie. În loc de a vorbi doar dialecte diferite, s-a spus că ei vorbesc limbi specifice sexului lor.[1]

Tannen continuă spunând că atunci când un soţ şi o soţie stau la micul dejun şi bărbatul citeşte un ziar, există o diferenţă enormă în ceea ce înţelege fiecare prin discuţie:

Pentru el, discuţia are rolul de informare. Aşadar, când soţia lui îi întrerupe lectura, trebuie s-o facă pentru a-l informa despre un lucru pe care el ar trebuie să-l ştie. Dacă se întâmplă aşa, ea ar putea să-i spună acest lucru înainte ca el să-şi înceapă lectura. Dar pentru ea, discuţia este pentru interacţiune. A spune lucruri este un mod de a arăta implicare şi ascultarea este un mod de a arăta interes şi grijă. Nu este o coincidenţă ciudată faptul că ea se gândeşte întotdeauna la lucruri pe care să i le spună când el citeşte. Ea simte nevoia cea mai mare de a interacţiona verbal când el (inexplicabil din punctul ei de vedere) este îngropat în ziar, în loc să discute cu ea.[2]

Cum răspund bărbaţii şi femeile la această situaţie?

Pentru acest bărbat... o femeie care obiectează cu privire la lectura ziarului de dimineaţa încearcă să-l oprească de la a face ceva esenţial şi inofensiv. Este o violare a independenţei lui – libertatea lui de acţiune. Dar când o femeie care se aşteaptă ca partenerul ei să discute cu ea şi este dezamăgită de faptul că el nu o face, ea îi percepe comportamentul ca un eşec de a realiza intimitate. El îi opreşte anumite lucruri, şi-a pierdut interesul pentru ea, o îndepărtează.[3]

Pot bărbaţii vorbi? Te cred. Dar timpul potrivit pentru aceasta nu este de obicei când vin acasă de la muncă, când sunt în faţa televizorului, sau când citesc o revistă sau ziarul. Toate aceste trei activităţi spun: „Am nevoie de un spaţiu privat."

Dacă doreşti să conversezi cu bărbatul tău, alege-ţi cu înţelepciune momentul. Nu trebuie să alegi duminica după-amiaza, în timpul ultimului sfert din meciul lui îndrăgit pentru a începe o

conversaţie. Una din cele mai bune modalităţi este de a urmări când face ceva – cum ar fi construirea a ceva din lemn în garaj – şi să spui: „Uau, arată interesant. Spune-mi mai multe despre acest obiect." Acum i-ai captat atenţia. I-ai arătat interes faţă de unul dintre proiectele lui şi va fi mai mult decât bucuros să discute cu tine.

Dacă există ceva de care ai nevoie sau ceva ce vrei să-i spui, o modalitate excelentă de a-i capta atenţia este pur şi simplu să-l atingi. Pentru bărbatul tău, atingerea ta este plină de forţă şi poate deschide minunat căile de comunicare dintre voi. În timp ce îl atingi, spune-i: „Iubitule, am o întrebare importantă pentru tine. Pari să fii cufundat în gânduri, aşadar s-ar putea să nu fie cel mai potrivit timp. Dacă e aşa, doar spune-mi şi voi aştepta momentul potrivit."

Atingându-l, îi captezi atenţia. Dacă i te adresezi cu respect, îţi asiguri atenţia din partea lui. Şi, dacă îi acorzi alegerea de a discuta sau nu, aproape sigur că vei avea un ascultător atent!

Dedicarea pentru familie

Copiii îţi creează uneori probleme, şi ei pot interfera cu intimitatea maritală. Dar cât de mult timp petrece soţul tău cu copiii şi modul în care îi tratează are mult de-a face cu satisfacţia maritală a unei femei. În general, o femeie se simte liniştită şi iubită de soţul ei când el îşi face timp să petreacă timp semnificativ cu copiii. De ce? Deoarece copiii şi ceea ce se petrece în viaţa şi în psihicul lor este o extensie a fiinţei unei femei.

Totuşi, ceea ce se întâmplă adesea este că bărbaţii sunt atât de ocupaţi în rolul lor de susţinători al familiei (vom discuta mai încolo mai multe despre motivul pentru care acest aspect este atât de important pentru un bărbat), încât ei sunt pe-acasă mai puţin decât ţi-ar place ţie să fie. S-ar putea ca ei să ajungă acasă chiar după ce copiii sunt în pat... deoarece sunt atât de dedicaţi pentru a-şi împlini impulsul pus de Dumnezeu de a se îngriji financiar de familia lor.

Din păcate, mulţi bărbaţi nu sunt o parte semnificativă a vieţii familiei lor. S-ar putea ca ei să simtă că „asta nu e slujba mea" sau s-ar putea să fie inconştienţi cu privire la motivul pentru care se simt atât de îmboldiţi să aibă succes. S-ar putea chiar să gândească

astfel în subconştientul lor: *Ea face o treabă atât de bună cu ei, încât nu mai are nevoie cu adevărat de mine.* În spatele scenei, s-ar putea simţi ca un băieţel care nu are unde să meargă, aşa că îşi omoară timpul trăgându-şi pantoful prin ţărână sperând să găsească un bănuţ pentru a-l duce acasă.

Dar cicăleala nu duce nicăieri. „Dacă ţi-ar fi *păsat* de familie, ai fi mers la meciul lui Jack!"

În schimb, de ce să nu încerci următoarea abordare? „Înseamnă foarte mult pentru Jack faptul că ţi-ai făcut timp să fii acolo astăzi. Îţi mulţumesc pentru aceasta!"

Ce bărbat nu ar încerca să plece de la slujbă devreme la următorul meci după ce a auzit aceste cuvinte?

Pentru cele dintre voi care nu aveţi copii de care să vă ocupaţi, gândiţi-vă la modul în care vă simţiţi când soţul vostru merge la casa mamei voastre şi o ajută la o treabă pe care ea nu o poate face singură... fără să-l tot îndemnaţi la aceasta. Nu vă determină acest gest să aveţi sentimente calde faţă de soţul vostru?

NOI, BĂRBAŢII, SUNTEM CU ADEVĂRAT NIŞTE BĂIEŢEI ÎN ADÂNCUL SUFLETULUI. DORIM SĂ VĂ FACEM PE PLAC.

Când soţul vostru se abate din drumul lui pentru binele familiei, vorbeşte-i despre aceasta. Spune-i cât de mult apreciezi ceea ce a făcut. Adu-ţi aminte că noi, bărbaţii, suntem cu adevărat nişte băieţei în adâncul sufletului. Dorim să vă facem pe plac.

CÂND CELE TREI NEVOI FUNDAMENTALE ALE TALE SE CIOCNESC CU ALE LUI

Aruncă o privire rapidă la nevoile unui bărbat şi la nevoile unei femei:

CELE MAI IMPORTANTE TREI NEVOI ALE UNUI BĂRBAT

1. Să fie respectat
2. Să vadă că ai nevoie de el
3. Să fie împlinit

CELE MAI IMPORTANTE TREI NEVOI ALE UNEI FEMEI

1. afecţiune
2. comunicare onestă, deschisă
3. dedicare pentru familie

E de mirare că nevoile fundamentale ale unei femei pot intra în conflict puternic cu nevoile de bază ale unui bărbat de a fi respectat, de a vedea că ai nevoie de el şi de a fi împlinit? O femeie doreşte să fie strânsă în braţe, un bărbat tânjeşte după sex. O femeie doreşte să vorbească, un bărbat şi-a epuizat cuvintele. O femeie doreşte ca familia să facă toate lucrurile împreună, un bărbat tânjeşte după o anumită independenţă.

LUCRURI PE CARE NU LE VEI AUZI NICIODATĂ DE LA UN BĂRBAT

- „Scumpo, putem doar să ne ţinem în braţe deseară şi să vorbim?"
- „Dacă îmi iau liber vineri, am putea merge la cumpărături şi să mergem undeva în weekend?"
- „Există vreo modalitate să o facem pe mama ta să stea încă o săptămână? A stat la noi doar o lună."
- „Desigur, voi merge cu tine la balet. Îmi place să-i văd pe acei bărbaţi în pantaloni mulaţi."

DISCUTAREA LUCRURILOR NU ESTE CHEIA SPRE INIMA BĂRBATULUI TĂU, AŞA CUM ESTE PENTRU TINE.

Unul dintre cele mai dificile lucruri de înţeles pentru o femeie este că discutarea lucrurilor nu este cheia spre inima bărbatului tău, aşa cum este pentru tine. Ţie-ţi plac cuvintele, propoziţiile, gândurile întregi şi paragrafele. Stăpâneşti cuvintele, sentimentele şi gândurile. În materie de comunicare, eşti ca iepuraşul din reclama la Energizer, care merge şi merge şi merge şi merge... Soţul tău se simte adesea ca iepuraşul care are baterii nepotrivite şi stă mut pe partea lui.

Iată secretul: cred din toată inima că succesul sau eşecul tău în căsnicie depinde de cât de pricepută eşti în a cunoaşte nevoile partenerului tău de viaţă şi a le împlini.

Şi tu, ca femeie, poţi pune toate lucrurile în mişcare prin

cuvintele pe care le spui soţului tău. Cuvintele tale pot să-i aducă bucurie şi încredere, chiar când simte că a falimentat în unele domenii, sau pot să-l facă să se retragă în sine. Atunci el va fi ca broasca ţestoasă Harry, care se ascunde sub imensa ei carapace groasă. Îşi va retrage în interior mâinile şi picioarele. Poţi aduce cea mai mare furcă din lume şi să-l împungi cu ea pentru a-l face să se mişte, dar el va refuza. Te va ignora complet. De fapt, nu va ieşi din carapace până vei pleca!

SUCCESUL SAU EŞECUL TĂU ÎN CĂSNICIE DEPINDE DE CÂT DE PRICEPUTĂ EŞTI ÎN A CUNOAŞTE NEVOILE PARTENERULUI DE VIAŢĂ ŞI A LE ÎMPLINI.

DIN CE CAUZĂ ÎNTREBAREA „DE CE?" UCIDE CONVERSAŢIA

Tuturor femeilor le place să pună întrebări. Aţi fost concepute să puneţi întrebări.

Dar ştiţi ceva? Cea mai bună cale de a ajunge la mintea şi inima unui bărbat este prin a *nu*-i pune întrebări. Dacă îi pui unui bărbat întrebarea *de ce*, îl blochezi, deoarece îl pui în defensivă.

„Ce vrei să spui?", s-ar putea să întrebi. „Pur şi simplu l-am întrebat frumos despre cum şi-a petrecut ziua, şi a început să-mi spună ce i s-a întâmplat la masă. Deoarece doream să ştiu mai multe despre aceasta, l-am întrebat: «John nu ia masa de obicei cu voi. De ce a luat-o astăzi?» Apoi Kevin s-a încruntat, s-a retras din discuţie şi nu a mai spus nimic. Pur şi simplu nu pricep."

> Cel mai important lucru în comunicare este să asculţi ceea ce nu se spune.
>
> – Peter F. Drucker

Orice bărbat care se deschide să-ţi spună ceva se pune în situaţia de a fi ridiculizat pentru o mişcare prostească sau pentru sentimentele pe care le are. Este destul de greu ca un bărbat să-şi deschidă gura să explice. Deoarece eşti o persoană care în mod natural strânge informaţii şi vrei să ştii fiecare detaliu, tu întrebi de ce. Dar punând această întrebare îl faci pe soţul tău să aibă sentimente de genul: *Aşadar crezi că sunt*

un ratat datorită modului în care am gestionat situaţia? Crezi că sunt prost?

Întrebarea *de ce* are rolul de a-l bloca automat pe un bărbat. În schimb, cel mai bun lucru pe care îl poţi face este să-ţi slăbeşti instinctul „trebuie să ştiu". Pur şi simplu ascultă, încuviinţează, manifestă preocupare şi atinge-i braţul cu empatie sau simpatie în timp ce îţi spune ce s-a întâmplat. Dacă este furios şi foloseşte cuvinte pe care nu le-ai mai auzit înainte, nu-l judeca. Nu spune: „Nu-mi vine să cred că ai spus asta!" Nu-i judeca emoţiile. În schimb, ascultă în tăcere în timp ce soţul tău se luptă să-şi exprime gândurile şi sentimentele despre ceea ce s-a întâmplat. Nu sări imediat să spui: „Ei bine, eu aş fi..." Dacă îl vei asculta până la sfârşit, s-ar putea să fii surprinsă să auzi de pe buzele lui o profunzime a sentimentului despre care nu credeai că există: „Mă simt aşa un mare ratat. Nu sunt sigur că voi putea îndrepta vreodată lucrurile. Nu ştiu ce m-a determinat să-i spun asta lui John. Sunt îngrijorat că aş putea să-mi pierd slujba."

Geniul comunicării constă în abilitatea de a fi cu totul onest, cât şi perfect amabil în acelaşi timp.

– John Powell, *The Secret of Staying in Love*

Când eşti supărată, întotdeauna doreşti răspunsuri? Vrei să ţi se spună ce să faci? Sau, uneori vrei doar să fii ascultată? Vrei să analizezi ce s-a întâmplat discutând pe larg şi să ai pe cineva care să te asculte cu compasiune? Atunci dă-i bărbatului tău acelaşi beneficiu al urechii tale care îl ascultă, fără a-l judeca.

Cuplurile care ascultă fără a judeca sunt cele care, pas cu pas, pot trece nivelul comunicării lor de la clişeele tipice la împărtăşirea lucrurilor celor mai importante. Acestea sunt cuplurile care vor experimenta împlinirea supremă în căsnicie şi vor deveni suflete pereche. Acestea sunt cuplurile care vor sta împreună pe termen lung.

Cupluri ca Leon şi soţia lui. L-am întâlnit pe Leon prin intermediul radioului când am fost în Medford, Oregon, pentru a conduce un seminar despre căsnicie. Prietenul meu drag Perry Atkinson, patronul şi managerul general al postului de radio

KDOV de acolo, m-a rugat să sun la orele 7:30 la staţia radio pentru a-mi prezenta seminarul.

Ascultam postul KDOV încercând să găsesc timpul potrivit pentru a telefona, în timp ce Perry punea întrebări despre vreme unui tip numit Leon. Chiar când eram pe punctul de a telefona, Perry i-a spus lui Leon: „Kevin Leman este în oraş deseară şi va vorbi despre căsnicie. Eşti căsătorit de 59 de ani, Leon. Care este lucrul cel mai important pe care l-ai sugera cuplurilor?

„Respect reciproc", a spus Leon.

Perry l-a întrebat cu totul altceva, dar mi-a fost evident că Leon nu a înţeles tot ce s-a spus.

„O, şi încă un lucru", a răspuns Leon. „Să-şi cumpere un aparat auditiv doar pentru o singură ureche."

Un aparat auditiv pentru o singură ureche?, m-am gândit. *Ce vrea să spună?* Aşa că am sunat şi am spus: „Hei, aş vrea să vorbesc cu Leon... Aşteaptă un minut! Spui că eşti căsătorit de 59 de ani – fără întrerupere?

„Desigur", a spus râzând Leon.

„Ai spus: «Să-şi cumpere un aparat auditiv pentru o singură ureche.» Ce ai vrut să spui prin aceasta cu privire la căsnicie?", l-am întrebat.

„Eu am un aparat auditiv doar pentru o singură ureche deoarece nu vreau să aud toate lucrurile", a răspuns simplu Leon.

Respect reciproc şi să nu auzi toate lucrurile – un sfat înţelept pentru o căsnicie longevivă. În special în cazul unei femei care vorbeşte mult şi al unui soţ care până joi şi-a epuizat cuvintele.

Leon şi soţia lui erau căsătoriţi de 59 de ani şi căsnicia lor era tot mai puternică. Tu şi soţul tău puteţi fi unul dintre aceste cupluri.

Şi, de asemenea, vă puteţi iubi căsnicia de-a lungul întregului drum!

CHESTIONAR

Cum comunicaţi?

Există câteva tipuri de conversaţii pe care le poţi avea cu partenerul tău de viaţă.

- Clişee
- Fapte
- Idei/opinii
- Nevoi/sentimente
- Sinceritate personală totală

Clasifică fiecare dintre afirmaţiile următoare cu *C* pentru clişee, *F* pentru fapte, *I* pentru idei/opinii, *N* pentru nevoi/sentimente şi *S* pentru sinceritate personală.

___ „Bună dimineaţa, dragă!"
___ „Ai putea fi acasă miercuri imediat după muncă? Am nevoie de ajutorul tău pentru a pune lucrurile la punct înainte ca familia Lewis să vină la cină."
___ „Mi-e dor de Sadie. Ne-am putea lua un alt câine?"
___ „Voi fi acasă deseară la ora cinci."
___ „Francine tocmai mi-a spus că Jordan s-a înrolat în armată. Ea şi soţul ei au fost şocaţi."
___ „De când am văzut acel program la televizor despre cancerul de sân, n-am reuşit să mi-l scot din minte. Mă îngrijorez că aş putea avea şi eu cândva. Ce s-ar întâmpla atunci cu tine? Cu copiii?"
___ „Crezi că ar trebui să punem de-o parte ceva bani pentru un concediu special anul viitor, deoarece vom sărbători cea de-a zecea aniversare a nunţii noastre?"
___ „Cum ţi-a trecut ziua?"
___ „Azi va fi rece."
___ „O duc pe Angie să-i cumpăr un palton nou. A crescut."
___ „De când a murit mama nu mă pot debarasa de acest sentiment de singurătate. Mă simt de parcă mi-am pierdut nu doar mama, ci şi o parte din mine."

Pentru răspunsurile corecte, vezi pagina 229.

Care din tipurile de conversaţie sunt cele mai frecvente în relaţia ta? De ce?

„Limbajul bărbaţilor"

VORBEŞTE PE LIMBA LUI

Dacă te simţi constrânsă să-i spui ceva bărbatului tău, încearcă următoarele:

1. Spune-i ce soţ grozav este.
2. Spune-i ce tată grozav este.
3. Spune-i ce treabă minunată face ca susţinător al familiei.
4. Spune-i ce iubit grozav este.

De ziua mamei încerc întotdeauna să fac lucrurile cum trebuie. Într-un an chiar am făcut lucrurile bine. Am făcut rezervări la cel mai drăguţ loc din oraş. Nota de plată pe care am primit-o a fost de speriat, dar a meritat. Şi, aşa cum a spus Sande, i-a plăcut deoarece nu erau expuse deserturi cu gelatină.

Ca parte a omagiului meu faţă de soţia mea, am decis sub impulsul momentului să le spun copiilor noştri: „Acesta ar fi un moment potrivit să-i spuneţi mamei voastre ce apreciaţi cel mai mult la ea."

„Mâncarea!" a spus imediat Krissy, al doilea copil.

Asta a fost. Nu a mai spus altceva. Doar mâncarea.

Ei bine, m-am gândit, *nu merge prea bine. Doar atât din lucrurile drăguţe pe care sperasem că le vor spune copiii noştri într-o astfel de ocazie.*

Dar, mai târziu, când m-am gândit la răspunsul lui Krissy, am înţeles că era adevărat şi că era un compliment deosebit. La urma

urmei, Krissy era pe atunci o adolescentă şi o atletă de 15 ani care creştea repede şi obişnuia să vină acasă hămesită de foame după şcoală şi antrenamente. Sande nu e doar o bucătăreasă bună, ci una grozavă. Aşadar, Krissy pur şi simplu i-a arătat aprecierea pentru una din îndemânările mamei ei care însemna cel mai mult pentru ea în acea perioadă.

DIRECT DIN INIMĂ

Aceasta este exact ceea ce bărbatul vostru are nevoie să audă de la voi – aprecierea voastră. Dar pentru a o auzi de la voi, trebuie să fiţi în stare să vorbiţi pe limba lui.

Pot oamenii să-şi schimbe stilul conversaţional? Da, pot – într-o anumită măsură. Dar cei care pun această întrebare rareori doresc să-şi schimbe propriul lor stil. De obicei, ceea ce doresc ei este să schimbe stilul partenerilor lor.

– Deborah Tannen[4]

Lasă-i timp de dezintoxicare

De ce să nu-i acorzi câteva minute pentru a se „dezintoxica" – chiar o jumătate de oră – când ajunge acasă de la muncă? Apoi va fi bucuros să audă cum ţi-a trecut ziua şi orice te preocupă. Când intră în casă, ceea ce doreşte cu adevărat este să evadeze puţin. Are nevoie de un timp în care să fie singur... pentru a se elibera de tensiune. Adesea cel mai bun loc pentru a face aceasta este la baie, unde e probabilitatea cea mai mică de a fi întrerupt.

Taţii, în special, au nevoie să se elibereze de tensiune înainte de a ajunge acasă. De aceea sugerez bărbaţilor ca în zilele stresante să-şi aleagă cu atenţie postul de radio sau CD-ul pe care doresc să-l asculte. Trebuie să găsească o muzică înălţătoare pentru a se relaxa.

Un cuplu pe care îl cunosc şi-a schimbat strategia de două ori în timpul căsniciei lor de 15 ani. Când nu aveau copii şi lucrau amândoi cu normă întreagă, au fost de acord să-şi ia o jumătate de oră după ce ajungea fiecare acasă înainte de a începe să discute şi să prepare împreună cina. Dar când au apărut copii, au fost de acord ca atunci când soţul avea o zi deosebit de intensă, să sosească acasă

o jumătate de oră mai târziu. În acest timp obişnuia să meargă într-un parc din zonă şi să se plimbe jumătate de oră pentru a-şi elibera creierul de orice probleme legate de muncă aşa încât, atunci când ajungea acasă, să se poată concentra asupra familiei.

Copiii lor au acum trei, respectiv cinci ani. Este important ca micuţii care strigă „Tati!" şi roiesc în jurul lui de îndată ce îl văd să obţină imediat atenţia şi timpul tatălui lor.

Doamnă, vă rog, doar faptele

Înţelege că el este proiectat să dorească „doar faptele, doamnă". Nu are nevoie de toate nuanţele, detaliile, emoţiile sau să ştie cine, ce şi când a spus ceva, nici repetarea întregii conversaţii care te-a supărat. El are nevoie de fapte:

- Eşti supărată.
- Ai avut o discuţie astăzi cu X.
- Ideea principală.
- Ce vrei să-i spui despre ea (dacă vrei să-i spui ceva).

Dacă eşti disperată să împărtăşeşti fiecare detaliu, vorbeşte cu o prietenă! Dar nu vorbi cu acea prietenă mai întâi dacă discuţia are ceva de-a face cu bărbatul tău, de exemplu dacă eşti supărată pe el sau dacă s-a întâmplat ceva în familia voastră de care ar trebui să afle el mai întâi.

Exprimă în cuvinte ce gândeşti; fii clar în ce spui

Noi, bărbaţii, suntem oameni simpli. Când vorbim, spunem ce vrem să spunem. Poate că acesta este unul dintre motivele pentru care ne ameţesc cuvintele unei femei.

Gândeşte-te la această conversaţie recentă din casa noastră. Ţine minte că Sande şi cu mine suntem căsătoriţi de 38 de ani:

Soţia mea, împreună cu mine şi cu câţiva dintre copiii noştri stăteam în jurul mesei. Aveam carne de porc şi sos de mere, una dintre mâncărurile mele preferate. O mirosisem în ultima jumătate de oră şi, credeţi-mă, pentru mine există puţine mirosuri mai cereşti decât acesta.

Chiar după ce am mulţumit, în rugăciune, pentru masă, m-am adresat lui Sande: „Iubito, îmi dai, te rog, sosul de mere?

Ea s-a oprit. „O, nu cred că vrei sosul de mere."

M-am încruntat. „De ce nu?"

„Ei bine, a spus ea încet, „e prea mult zahăr în el."

Hm, m-am gândit eu. *Dacă nu mi l-ar fi plăcut, de ce l-aş fi cerut? Şi dacă nu are gust bun, de ce se află pe masă? E sos făcut acasă. Nu ca ceea ce ţi se dă drept sos de mere la hypermarket.*

La urma urmei, la noi în casă toate prăjiturile se fac de la zero. (Cele cumpărate sunt prăjiturile lui Satan, în umila opinie a soţiei mele.)

Ce încerca să spună de fapt soţia mea dincolo de aceste cuvinte? Mi-am putut imagina doar două opţiuni:

1. Încerca să-mi spună că sunt prea gras şi nu am nevoie de acel sos?
2. Deoarece este o bucătăreasă atât de perfecţionistă, adăugase din greşeală prea mult zahăr şi se simţea prost că nu are gustul perfect? Dar atunci Sande nu ar fi pus o mâncare nereuşită pe masă.

Înţelegeţi ce vreau să spun, doamnelor? Noi, bărbaţii ne trezim adesea frământându-ne mintea, încercând să pricepem ce înseamnă de fapt cuvintele voastre.

Există o tradiţie în casa Leman. Ea a început când copiii noştri s-au plâns că sunt foarte pretenţios în materie de cadouri, deoarece am gusturi atât de diferite. Într-un an, sătul să le tot ascult plângerile, am hotărât ca în preajma Zilei Mulţumirii să merg la mall şi la hypermarket şi să-mi cumpăr eu darurile de Crăciun: jerseuri, aftershave, o cămaşă, o curea, apă de colonie şi alte lucruri pe care le puteam găsi reprezentând o mare varietate de daruri şi preţuri. De Ziua Mulţumirii, când familia s-a strâns împreună, ei puteau extrage paiul (mă refer la copiii) pentru a vedea cine va intra primul în „magazinul tatălui", odată ce acesta era deschis oficial. Prin magazinul tatei înţeleg articolele care erau împrăştiate frumos pe canapea, pe scaune etc., în camera de zi. Singura regulă era că puteai cumpăra doar un singur lucru

odată. Această regulă făcea ca toată afacerea să fie corectă pentru fiecare.

Magazinul tatălui a avut un aşa mare succes, încât de atunci l-am practicat în fiecare an. Copiii erau atât de uşuraţi de faptul că nu trebuiau să cumpere nimic pentru mine. Dar la ultima sărbătoare a Zilei Mulţumirii am fost obligat să suport consecinţele (fără exagerare) pentru un dar pe care nu dorea să-l cumpere nimeni. Era un jerseu roşu de caşmir, cu gât în formă de v. Fusesem atât de mândru de această achiziţie deoarece l-am obţinut la un preţ foarte bun, aşa că mi-am imaginat că cineva îl va înşfăca din magazinul tatălui. Dar nimeni din familia mea nu părea interesat să-l cumpere. Aşa că a rămas în camera de zi.

> Comunicarea nu înseamnă doar să vorbeşti. Înseamnă să vorbeşti într-un mod în care celălalt să poate primi cuvintele tale.
>
> – Autor necunoscut

Chiar înainte de Crăciun, grupele de studiu ale femeilor au avut întâlnirea finală. Este aproape un prânz. Anul acesta, m-au invitat să fiu vorbitorul lor. Aşa că i-am spus soţiei mele: „Dragă, vino aici o clipă." Prin „aici" mă refeream la camera de zi, unde jerseul roşu era încă pe canapea. „Îţi place acest jerseu? Ar trebui să mă gândesc să-l port la întâlnirea femeilor?"

Sande a luat-o din loc şi nici măcar nu s-a uitat în ochii mei. „Ei bine, ai nevoie de un jerseu de Crăciun."

Ştiu că nu există niciun bărbat în tot universul care să *aibă nevoie* de un jerseu de Crăciun. Cei mai mulţi dintre noi avem mult prea multe astfel de daruri îndesate în dulapurile sau sub paturile noastre deoarece ne este prea frică să le ducem înapoi pentru a nu ofensa pe cineva.

Prin urmare, am întrebat-o: „Îţi place jerseul?"

Ea încă nu se uita la mine: „Bine, poartă-l."

Aşadar, am întrebat-o de două ori. Ea mi-a spus că aveam nevoie de un jerseu de Crăciun şi că aş putea să-l port la ceremonii, două lucruri pe care nu doream să le aud. Ceea ce doream să ştiu era pur şi simplu dacă îi place sau nu?

Dacă mi-ar fi spus: „Nu-mi place", l-aş fi dus înapoi şi aş fi fost

mai bogat cu 70 de dolari. Nu era nicio supărare. Pur şi simplu doream să ştiu dacă îi place.

Dar Sande mi-a dat ceea ce eu numesc răspunsul tipic feminin. Ea nu a vrut să spună direct: „Leemie, *nu*-mi place jerseul.

E aceeaşi mireasă iubită care, atunci când am o zi dificilă pregătind un program de televiziune şi primesc o mulţime de scrisori răuvoitoare de la oameni cărora nu le place nimic din ceea ce am spus de la început până la sfârşit, va citi scrisorile pe care i le arăt. Apoi va privi în sus şi va spune direct: „Hei, Leemie, e uşor să-i iubeşti pe oamenii care cred că eşti minunat. E greu să-i iubeşti pe cei care cred că eşti un cretin." Ăsta e un stil de a vorbi care îţi spune în faţă cum stau lucrurile! Nu-mi place întotdeauna să aud asta – o parte din mine doreşte să se bălăcească în mânie pentru o vreme. Dar Sande este întotdeauna îndreptăţită să-şi spună părerea.

Deci, ce am făcut cu jerseul? L-am dus înapoi. Sunt un tip cumpătat care nu-mi pot imagina să port ceva o singură dată. Nu doream sau nu aveam nevoie de un astfel de jerseu. Îmi doream ceva ce puteam purta tot timpul. Şi îmi doream un jerseu pe care iubita mea soţie să-l placă când îl îmbrac. Aşadar, de ce nu a venit să-mi spună pur şi simplu că nu-i place jerseul?

Când noi bărbaţii punem o întrebare directă de acest fel – în special legată de îmbrăcăminte! – aşteptăm un răspuns direct. Aşadar, faceţi-ne favoarea şi nu vă frustraţi singure. Pur şi simplu spuneţi ceea ce credeţi.

Dar n-o faceţi în mijlocul finalei din campionatul de fotbal american.

NU VĂ FRUSTRAŢI SINGURE. PUR ŞI SIMPLU SPUNEŢI CEEA CE CREDEŢI.

Tu spui: „Vrei să ne oprim şi să luăm o îngheţată?"

Ceea ce vrei să spui: Vreau o îngheţată cu trei globuri, cu sirop deasupra şi cu o cireaşă în vârf chiar acum, dar nu vreau să crezi că sunt o grăsană. Chiar dacă în ultima vreme am mai pus ceva pe mine.

El spune: „Nu mulţumesc."

El vrea să spună: Nu prea am chef de îngheţată chiar acum.

Tu te gândeşti: *Ce nemernic! Chiar am nevoie de această îngheţată... acum. Dacă nu se răzgândeşte şi nu opreşte în două secunde...*

Tu spui: „O, nu-i aşa că acel lucru e drăguţ?"

Tu vrei să spui: Hei, mă gândesc unde s-ar potrivi în casa noastră. Poate în dormitor? Nu, acel colţ e prea înghesuit. Dar în foaier s-ar potrivi bine!

El spune: „Ăă, daa..."

El se gândeşte: *O, grozav, vrea să-l cumpere. Nu avem destule lucruri prin casă?*

Tu te gândeşti: *O, nu, nu-i place. Şi chiar când i-am găsit un loc grozav în care să-l pun. Ei bine, va trebui să caut un alt lucru pe care să-l pun în acel loc. Va arăta atât de gol.*

Spune-mi-o în faţă!

Nu doar că el vrea să-i spui ceea ce gândeşti atunci când te întreabă, el doreşte să i-o spui direct. Fără emoţie, fără a-l face să ghicească nuanţele.

Iată un alt exemplu din familia Leman.

Sande arată întotdeauna atât de bine. Întotdeauna se îmbracă perfect pentru o ocazie. Când mergem în excursie insistă că face bagaje puţine. Dar aduce un geamantan întreg doar pentru pantofi, deoarece fiecare îmbrăcăminte trebuie să aibă pantofii potriviţi.

Apoi sunt eu – tipul atât de tipic masculin. Eu am o regulă simplă: lenjeria intimă se schimbă, pantalonii scurţi se pot purta cinci până la şapte zile. Când ne hotărâm să ieşim la cină cu copiii noştri eu sunt gata în exact două secunde, deoarece nu trebuie să schimb nimic.

Lui Sande îi ia mai mult. Şi când vede ce port, mă examinează rapid. Ştii privirea aceea. Se uită... în special la pantalonii mei.

O cunosc de destulă vreme pentru a şti ce gândeşte. O pot vedea cântărindu-şi cuvintele: *Vreau într-adevăr să spun ceva despre pantalonii scurţi? Merită? Să vedem... la ce fel de restaurant mergem?*

Dacă este elegant, va trebui să spun ceva. Dar poate că e în regulă dacă mergem în acel loc nepretenţios.

În cele din urmă ajunge să ia o decizie: „Iubitule, de câte zile porţi pantalonii?" Şi eu pricep. Merg în casă să mă schimb, pentru a mă conforma social (deşi îţi pot garanta că la acel restaurant se vor afla şi alţi bărbaţi care şi-au purtat pantalonii cinci-şapte zile).

Sau, uneori, unul dintre copii se ia de mine. (Întreabă-te de unde au învăţat asta?) „Tată, ai de gând să porţi aşa ceva afară?" (în sensul de afară din casă).

Aşa că merg din nou în casă. Vreau să-mi fac familia fericită.

Dar odată chiar am făcut-o lată. M-am prezentat la şcoala fiicei mele purtând papuci de dormitor, pantaloni scurţi, un tricou şi o şapcă de baseball. Ar fi trebuit să îmi dau seama din privirea îngrozită a fiicei mele de 13 ani că am făcut ceva îngrozitor, dar, la urma urmei, sunt bărbat. Pot fi stupid uneori. Dar mi-a spus asta făţiş? Nu.

Când am ajuns acasă, Sande mi-a spus direct: „Nu te vei mai prezenta la şcoală în felul acesta. Este important pentru fiica ta."

Am prins mesajul. Nu a trebuit să ghicesc nuanţele, deoarece mi-a spus-o direct. A formulat-o prompt. Nu a spus-o pe ocolite, nu a analizat faptele de 20 de ori şi nu m-a făcut să mă simt prost.

Ştiam că acest caz a fost închis. Dar nu m-am mai dus niciodată la şcoala fiicei mele îmbrăcat aşa.

Vedeţi, noi, bărbaţii, suntem prostuţi ca ţărâna... dar, de asemenea, putem fi educaţi. Vrem să vă facem pe plac. Deoarece fiecare dintre noi este încă un băieţaş în interiorul sufletului lui, şi voi sunteţi cele la care ne uităm cu o teamă secretă ca la centrul lumii noastre.

CEL MAI BUN MOD DE A-I SPUNE CĂ A ÎNCURCAT LUCRURILE

1. Du-l singur în spatele unei uşi închise.
2. Atinge-l în timp ce-i vorbeşti. Deoarece bărbatul tău este atât de orientat pe atingere – şi îi place în mod special să fie atins de dragostea vieţii lui – este mult mai dispus să-ţi acorde atenţie. Şi partea băieţaşului din el va spune: *Ei bine, îmi atinge braţul, deci totuşi mă place chiar dacă nu-i convine ce am făcut.*
3. Slăbeşte-i apărarea privindu-l drept în ochi şi spunându-i ceva de genul: „Hei, iubitule, poate că greşesc/nu mă pricep în acest

domeniu, dar când..." Faptul că admiţi pe faţă că ai putea fi foarte greşită îl va relaxa pe soţul tău, în loc să-l enerveze sau să-l facă să fie competitiv.

4. Apoi strecoară reclama – esenţa a ceea ce vrei să-i spui *cu adevărat:* „Mi se pare că ceea ce s-a întâmplat azi la masă cu sora ta s-ar putea interpreta şi altfel decât ai intenţionat tu..." Explică-i ce ar fi putut gândi cealaltă persoană (sau ce ai gândit tu, dacă ţi-a rănit sentimentele). Adu-ţi aminte că tu eşti persoana relaţională – că tu ai un avantaj, deoarece tu, ca femeie, poţi vedea „întregul" relaţiei mult mai clar decât poate el ca bărbat.
5. Întotdeauna, întotdeauna, spune-i blând când a încurcat lucrurile. Pune aceasta în contrast cu: „Hei, frate! Într-adevăr ai făcut-o lată! Ce e cu tine? Nu-mi vine să cred că i-ai spus aşa ceva surorii tale la masă azi. Am fost atât de jenată, şi oamenii de la masa învecinată au auzit şi şi-au întors privirile. Tu..." O astfel de abordare îl va face pe soţul tău să se retragă în carapacea lui şi să rămână acolo.

Secretul este să te gândeşti întotdeauna: *Dacă eu aş fi cea care a încurcat lucrurile, cum aş vrea să fiu tratată?* Apoi acordă-i aceeaşi consideraţie şi acelaşi respect. Regula de aur a relaţiei este: „Tratează-i pe alţii aşa cum ai vrea să fii tratat şi tu."

BCU IAŞI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

AL DOILEA LUCRU
PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

„Gândeşte-te la mine ca la un băieţel de patru ani care se bărbiereşte."

De ce băieţii nu se maturizează cu adevărat niciodată...
şi de ce nu ai vrea s-o facă.

• • •

„De ce nu te maturizezi?
„Da, pur şi simplu să te maturizezi!"

Noi, băieţii de clasa a şaptea, stăteam adunaţi grămadă în timp ce fetele de clasa a şaptea, cu mâinile pe şolduri, ne aruncau insulte. Evident, credeau că noi acţionam stupid... când, în realitate, noi acţionam foarte natural.

De la începutul vieţii, băieţii sunt... ei bine, *băieţi*.

Ei scot sunete ca: *Vroom!* şi *Urrrch!* şi *Bbbppsssttt!* când îşi conduc camioanele de jucărie şi maşinile de pompieri. Le place să-şi zdrobească maşinile, adesea la o viteză ridicată.

Fluieră şi scuipă.

Tachinează fetele, când le place de ele.

Râgâie la masă... doar pentru a se amuza. Nu mai amintim alte sunete corporale la care lucrează din greu.

Stau faţă în faţă la grădiniţă purtând discuţii de genul:

„Tatăl meu este mai mare ca oricine în lumea asta."

„Da? Ei bine, tatăl meu e mai mare decât al tău."

„Aşa crezi, hă? Ei bine, tatăl meu..."

Se laudă cu privire la cuceririle lor... şi cu privire la cât sunt de dotaţi, când fac duş la şcoală.

Ce se întâmplă când aceşti băieţi cresc?

Spiritul ţanţoş şi îndrăzneţ rămâne. Iată un exemplu: bărbatul care conduce o furgonetă cu următorul mesaj scris cu litere îngroşate pe fereastra din spate: poliţiştii mint.

Aşa cum spune un prieten de-al meu: „Testosteronul nu se schimbă când băieţii cresc... deoarece ei nu se maturizează niciodată cu adevărat".

ÎN INTERIORUL FIECĂRUI BĂRBAT SE GĂSEŞTE ÎNCĂ BĂIEŢELUL CARE ERA ODATĂ.

Marele tău... băieţel

Mamei mele nu-i plăcea să-mi spele rufele, şi cine ar fi putut-o învinovăţi? Odată a ajuns la pantalonii mei şi i-a sărit ţandăra.

„Keevvviin!", a strigat ea. „Vino aici chiar acum!"

Din modul în care a ţipat la mine, am presupus că a murit cineva. Aşadar am venit în fugă. „Da, mamă, ce este?"

„Ce ai în buzunar?"

Am ridicat din umeri şi mi-am băgat mâna în buzunarul blugilor. Am scos un rac, un greier, două salamandre şi o lăcustă. „Momeală", am spus mândru. „Am fost azi la pescuit, îţi aduci aminte?"

Probabil că mama voia să mă strângă de gât, dar era o femeie foarte răbdătoare. (M-am dovedit a fi copilul care i-a pus cel mai mult răbdarea la încercare.) A spus: „Bine, dar data viitoare când mergi la pescuit, ai putea să-ţi scoţi toate insectele, şi tot ce este lipicios şi viu din blugi înainte de a-i da la spălat, ca să nu le găsesc eu?

Apoi am trecut prin etapa în care eram atras de mâncarea pentru câini. Trebuie să fii un băiat care îşi priveşte câinele cum îşi roade biscuitul în formă de os ca să-ţi vină întrebarea: *Mă întreb, oare ce gust poate avea?* Mai rău, am descoperit că îmi place gustul. Chiar mai mult, am atras atenţia mâncând aşa ceva şi am fost mândru să fac lucruri stupide.

Mama mea nu s-a obişnuit niciodată cu această păcăleală, dar alţii au făcut-o. La un Crăciun, o femeie care m-a auzit vorbind la radio, mi-a trimis o cutie cu biscuiţi glazuraţi pentru câini. Dacă s-ar fi inventat aceşti biscuiţi când eram copil, niciodată nu mi-aş fi mâncat cina!

Mai târziu, când fiul meu a avut 18 luni, mi-a plătit cu aceeaşi monedă. Cu mulţi ani în urmă eram în biroul meu, când am primit un telefon de la o Sande agitată. Plângea – aproape isteric – şi imediat am simţit cum ritmul cardiac mi s-a accelerat. Eram sigur că unul dintre copii a murit sau cel puţin a fost rănit grav.

„Scumpo, ce s-a întâmplat?"

„E vorba de Kevin."

Oh, nu!, m-am gândit eu. Am întrebat: „A căzut în piscină?"

„Nu, a răspuns Sande, dar penisul lui..."

„Penisul lui..."

„Da", e violet!"

„Violet? Ce s-a întâmplat? L-a lovit cineva?"

„Nu, l-a colorat cu un marker."

Am izbucnit în râs. Micuţul Kevin a manifestat întotdeauna o predispoziţie spre artă (arta a fost specializarea lui principală mai târziu în colegiu), dar eforturile lui creative au întrecut într-adevăr orice închipuire.

„De ce râzi?", a întrebat Sande îngrozită.

„Băieţeii fac astfel de lucruri", am răspuns. „Este cel mai amuzant lucru pe care l-am auzit vreodată!"

Pentru că toţi bărbaţii am fost băieţei, tindem să râdem bine mai degrabă decât să ţipăm când e vorba de poznele băieţilor noştri.

Doar pentru că soţul tău a trecut de 30 sau de 50 de ani nu înseamnă că şi-a pierdut afinitatea de a fi un băiat şi de a face lucruri stupide. Poate că am învăţat să le potrivim mai bine, dar mulţi dintre noi încă ne surprindem soţiile cu lucrurile aparent nesăbuite pe care le facem. Azi, dacă mi-ai da un biscuit pentru câini şi dacă m-ai prinde într-o formă potrivită, probabil că l-aş mânca (doar să fie de calitate!).

Băieţii vor rămâne băieţi

Băieţii nu se maturizează niciodată cu adevărat.

De aceea, de îndată ce prietenul soţului tău îşi cumpără o maşină sport cu două locuri, o iau pe şosea doar pentru a face un tur în jurul blocului... şi apar trei ore mai târziu zâmbind satisfăcuţi când friptura ta s-a făcut scrum.

De aceea îţi poate răspunde printr-un mormăit după muncă, dar apoi poate petrece următoarea oră discutând cu un prieten la telefon cum să atingă toate cele trei nivele la jocul de computer *Call of Duty 2*. De aceea nu vede robinetul stricat care trebuie reparat, dar ştie imediat când apare un DVD nou pe piaţă.

De aceea simte îndemnul de a ridica singur un nou gard în curte când îl vede pe un vecin făcând aşa.

Fiecare bărbat simte puternic în interiorul sufletului său „impulsul permanent de a fi numărul unu", impuls cu care s-a născut.

FIECARE BĂRBAT SIMTE PUTERNIC ÎN INTERIORUL SUFLETULUI SĂU „IMPULSUL PERMANENT DE A FI NUMĂRUL UNU".

Dacă te îndoieşti de aceasta, ascultă diferenţele dintre modul în care vorbesc băieţii, când poartă o discuţie doar între ei, şi modul în care vorbesc fetele când discută doar între ele.

Băieţii:

„Uite ce pot face!"
„Bine! Dar eu pot să mă balansez mai tare."
„Dar eu pot să atârn cu capul în jos pe bară."
„Şi eu pot. Să ne întrecem!"

Fetele:

„Să ne jucăm azi de-a casa? Sau de-a şcoala?"
„Oh, de ce să nu ne jucăm de-a casa?"
Fetele se uită la tot grupul, privindu-se pe fiecare în parte.
„Eşti de acord, Rachel?"
Rachel încuviinţează dând din cap. „Desigur, să ne jucăm!"
„Dar tu, Amy?"

Analizează cu atenţie fiecare conversaţie. Sunt cuvinte pe care le vezi că se repetă în discuţiile băieţilor? Dar în cele ale fetelor?

Datorită impulsului lor de a fi numărul unu – însemnând că orice altceva este de importanţă secundară – băieţii tind să folosească pronumele personal *eu*. „Uite ce pot face eu!" Observaţi, de asemenea, provocarea intrinsecă: „Să ne întrecem!" Băieţii sunt înclinaţi spre independenţă şi această independenţă devine tot mai mare pe măsură ce se maturizează.

BĂIEŢII TIND SĂ FOLOSEASCĂ PRONUMELE PERSONAL *EU*. FETELE TIND SĂ FOLOSEASCĂ *NOI* SAU *VOI*.

Fetiţele, care sunt în general mai relaţionale, tind să folosească *noi* sau *voi*. Ele iau decizii împreună, implicând pe toată lumea în luarea deciziei şi asigurându-se că toată lumea este de acord cu următoarea acţiune înainte de a continua: „Eşti de acord, Rachel?", şi „Dar tu, Amy?"

Nu este de mirare că, în căsnicie, e important ca tu, ca femeie, să afli opinia bărbatului tău cu privire la lucrurile pe care le consideri importante. Dar trebuie să înţelegi că nu tot ce este important pentru tine este important şi pentru el. Uneori, noi, bărbaţii, s-ar putea să nu avem o opinie, deoarece ceea ce întrebi nu este prea important pentru noi (mai multe despre acest aspect în capitolul trei). Alteori, gândurile noastre se afundă puternic în mlaştina preocupărilor care ne îngrijorează, încât ne pierdem interesul pentru alte subiecte. Poate ne îngrijorăm că, dacă vom avea un insucces la un anumit proiect de la locul de muncă, ne-am putea pierde slujba. Şi, dacă ne pierdem slujba, ce se va întâmpla cu ratele pentru casă? Dar cu cele pentru maşină? Aşadar, preocupările tale – deşi importante pentru bărbaţi – s-ar putea să nu fie atât de importante ca impulsul de a fi cel mai bun.

Aceasta înseamnă că nouă, bărbaţilor, nu ne pasă? Nu, doar că în dorinţa noastră interioară de a fi cei mai buni, toate celelalte lucruri pălesc. De aceea s-ar putea să nu ne amintim ceva ce voi consideraţi a fi important.

Pentru că avem un impuls puternic de a fi în competiţie cu fiecare bărbat, de aceea trăim într-o lume caracterizată de o competiţie sălbatică.

NUMELE JOCULUI ESTE COMPETIŢIE

A spune că eu şi soţia mea, Sande, gândim total diferit cu privire la condus, este un adevăr spus doar pe jumătate.

Ea nu ştie să schimbe banda şi să se orienteze când traficul încetineşte foarte mult pe banda ei. În schimb, aşteaptă cu răbdare pe banda ei pentru a merge unde doreşte să ajungă.

Dar fii atent la mine. Dacă există un spaţiu chiar de o jumătate de lungime de maşină pe banda mea, mă uit la banda cealaltă să văd cât de departe pot ajunge. Urmăresc chiar furgoneta albastră de pe banda îndepărtată să văd dacă pot ajunge în faţa ei. Şi pot identifica un semn care indică persoană cu handicap pe o maşină cu patru cilindri la celălalt semafor.

Odată, când Sande m-a luat cu maşina de la lucru ca să ieşim la cină, a condus pe banda dreaptă şi s-a oprit încet la un semafor în spatele a mai multe vehicule, inclusiv a unui camion cu basculă şi a unui autobuz.

M-am uitat rapid în jur. Banda din mijloc avea doar două maşini – ambele care puteau accelera rapid. Banda exterioară avea trei dubiţe mici, aşadar probabil urma să se mişte cel mai încet. Categoric, trebuia să intrăm pe banda din mijloc.

„Sande, poate vrei să intrăm pe banda din mijloc."

„E foarte bună cea pe care ne aflăm", a spus ea.

Şi a stat acolo... pe banda cea mai înceată.

Era mai mult decât putea suporta egoul meu competitiv. „Nu vei câştiga niciodată cursa pe această bandă!", am strigat.

S-a uitat lung la mine cu acea privire pe care toate soţiile o aruncă soţilor lor din când în când. Apoi a urmat replica clasică: „Despre *ce* vorbeşti?"

Totul se rezumă la faptul că băieţii se nasc competitivi. Sunt hotărâţi să urmărească ceea ce doresc. Să concureze, dacă trebuie s-o facă.

Dacă te îndoieşti de acest lucru şi te gândeşti că folosesc clişee sexiste, urmăreşte doi bărbaţi care joacă tenis şi apoi urmăreşte două femei care joacă tenis (desigur, dacă femeile nu participă la Jocurile Olimpice). Vei vedea rapid diferenţele. În fiecare bărbat există nevoia înnăscută de a concura.

ÎN FIECARE BĂRBAT EXISTĂ NEVOIA ÎNNĂSCUTĂ DE A CONCURA.

Dar fetele? Ele sunt atât de diferite. În cariera mea ca educator, am antrenat fete la baschet. Am învăţat rapid că nu trebuie să ţipi la fete. Nici măcar nu trebuie să ridici tonul, altfel le vei face să plângă.

Într-o zi, o fată a sărit ca arsă, a plâns şi a ţinut-o tot aşa încât am crezut că şi-a rupt încheietura sau braţul. Când am alergat la ea, am auzit printre sughiţuri: „Mi-am rupt o unghie."

Altă dată, jocul începuse deja, dar doar patru din jucătoarele mele erau pe teren. „Unde e Brittany?", am întrebat, consternat.

„E la duş, plânge", mi-a răspuns una dintre fete.

În timp ce fetele îşi manifestă emoţiile lor delicate şi se strâng frecvent în grupuri pe terenul de joc şi discută cine e cea mai populară şi alte subiecte asemănătoare, băieţii discută aprins despre cine a câştigat ultima competiţie. Nu contează dacă joacă Monopoly, sau baschet, sau încearcă să meargă cu paşi apăsaţi şi să omoare cât mai multe furnici. În mod normal vor să fie cei mai buni.

Când băieţii cresc, îşi compară salariile şi mărimea birourilor.

De aceea este deosebit de dificil pentru un bărbat care se simte inadecvat în domeniul competiţiei. Sau care se pierde în criza vârstei mijlocii sau se simte fără valoare, deoarece nu poate păstra o slujbă stabilă. Sau când simte că rolul lui în cămin nu este cu adevărat important (mai multe despre aceasta în capitolul 6). Sau când simte că tu te-ai putea descurca la fel de bine fără el.

CE NU VA AUZI NICIODATĂ UN BĂRBAT DIN GURA UNEI FEMEI, DAR I-AR PLĂCEA SĂ AUDĂ:

- „De ce aş avea nevoie de mai mulţi pantofi?"
- „Hei, iubitule, am sunat firma care ne asigură cablul şi am trecut la un alt pachet de programe pentru dormitor. De asemenea, am ales pachetul care conţine programele sportive de fotbal şi hochei. Sper că nu te superi. Astfel vei putea să te uiţi la cât de multe meciuri doreşti."
- „Îmi place când petreci timp cu băieţii. Mă bucură să te văd fericit şi relaxat."
- „Maşina nouă de tuns iarba pe care ai cumpărat-o e grozavă. Nimeni din zonă nu are una aşa mare!"

CE NU VA AUZI NICIODATĂ UN FEMEIE DIN GURA UNUI BĂRBAT, DAR I-AR PLĂCEA SĂ AUDĂ:

- „Am făcut destul sex pentru luna aceasta. Putem să ne strângem doar în braţe şi să ne uităm la o comedie romantică în această seară?"
- „Dragă, ştiu că este o problemă delicată, dar vreau totuşi să te întreb. Ce pot face să o încurajez pe mama ta să stea la noi mai mult decât cele şase săptămâni pe care şi le-a planificat?"
- „Stai doar în pat şi odihneşte-te. Sunt fericit să mă scol şi să am grijă de bebeluş."
- „Desigur, ştiu că aniversarea nunţii noastre coincide cu marea finală la fotbal. Dar n-aş visa niciodată să mă uit la meci cu băieţii în acea noapte. Tu eşti pe primul loc în inima mea."

NU DOAR LUCRUL CONTEAZĂ, DAR ESTE IMPORTANTĂ ŞI MĂRIMEA ACELUI LUCRU

Pentru un bărbat, nu doar lucrul contează, dar este importantă şi *mărimea* acelui lucru. De aceea, bărbatul tău simte imboldul să cumpere o barcă rapidă când vecinul lui îşi cumpără o barcă cu vâsle. Din acelaşi motiv trebuie să se înscrie cinci seri pe săptămână la sală când un coleg de muncă îi spune că va merge lunea şi vinerea la sală pentru a-şi întări muşchii abdominali.

Deşi s-ar putea să-ţi dai ochii peste cap la astfel de lăudăroşenii şi fudulii, ele sunt parte a spiritului competitiv masculin. Şi el se manifestă în tot ce fac, chiar când ar trebui să se joace.

Într-o zi de vară, Ken, Jim şi Jason erau „în curs de socializare la un grătar" (aşa cum le plăcea soţiilor lor să spună) şi au avut o idee nemaipomenită: de ce să nu meargă la începutul toamnei într-un sfârşit de săptămână la pescuit?

Fiecare şi-a notat data pe agenda electronică, apoi au trecut rapid la alte subiecte.

În ziua de toamnă dinaintea plecării, au pus la cale celelalte detalii ale ieşirii în timp ce soţiile lor îi priveau, distrându-se de meniuri cum ar fi:

Micul dejun: Friptură
Prânzul: Pui
Cina: Peşte (Evident, se bazau pe faptul că vor prinde ceva, deoarece niciunul dintre ei nu a cumpărat peşte.)

În meniu nu figurau nici fructele, nici legumele şi nimic altceva din altă categorie de hrană. Bărbaţii şi-au pus farfurii de hârtie, dar nu şi-au pus cuţite, furculiţe, linguri sau pahare. Nu aveau hârtie igienică, chiar dacă urmau să-şi petreacă timpul în pădure şi pe râu. Femeile se întrebau toate, în secret, cum se vor descurca bărbaţii lor în sfârşitul de săptămână.

Două zile şi jumătate mai târziu, bărbaţii s-au întors acasă. Erau plini de noroi, nebărbieriţi şi miroseau a peşte. Dar toţi zâmbeau ca nişte băieţei lăudându-se cu ce au prins.

Ken a prins o captură deosebit de mare – o ştiucă de 1,30 m. Deşi bărbaţii au prăjit ceea ce au prins, Ken a adus ştiuca acasă împachetată într-o pungă de plastic plină cu gheaţă pentru a o arăta soţiei lui, Andreea. Şi, cu încântarea unui băieţel, i-a arătat captura lui în faţa ochilor ei larg deschişi (şi a nărilor atacate de mirosul insuportabil).

Trei săptămâni mai târziu, Ken a venit acasă de la muncă cu o cutie uriaşă. „Doar uită-te puţin la ea!", i-a spus el Andreei.

În cutie era capul ştiucii, pus pe o placă memorială, cu momeala încă atârnând în gură.

„Nu e grozav?", spuse Ken. „Abia aştept să o agăţ de perete."

Doamnelor, ghiciţi unde dorea s-o atârne? În dormitor, deasupra patului!

Andreea şi-a făcut calculele în minte. Nu-şi putea imagina să se scoale în fiecare dimineaţă cu ştiuca holbându-se la ea. Trebuia să-şi reprime imboldul de a spune: „Ce-ai spune despre garaj?", deoarece nu dorea să dezumfle egoul de băieţel al lui Ken.

În schimb, a spus cu înţelepciune: „Ştii, m-am gândit să schimbăm demisolul nefinisat într-o încăpere în care tu şi băieţii să vă puneţi diverse lucruri. Nu ţi-ar plăcea? Acela ar fi un loc grozav să-ţi agăţi ştiuca – apoi tu şi băieţii vă veţi putea aminti timpul minunat în care aţi pescuit împreună!"

> Căsnicia este o şcoală unde învăţăm să fim flexibili, să trăim în armonie unul cu celălalt, să mergem împreună ca unul, să ne sprijinim şi să ne completăm unul pe celălalt.
>
> – H. Norman Wright, *Seasons of a Marriage*

Trebuie să recunosc că Andreea este o femeie isteaţă. Ea a înţeles cât de important era nu doar peştele pe care l-a prins

„băieţelul ei", dar şi *mărimea* lui. Ken a concurat la categoria pescuit cu ceilalţi prieteni şi a câştigat premiul cel mare. Andreea era dispusă să facă unele ajustări pentru a-i dovedi că ce e important pentru el e important şi pentru ea. Şi a evitat cu grijă posibilitatea de a avea un peşte care să-i atârne deasupra patului.

Datorită gândirii ei rapide, i-a dat băiatului ei dezmierdarea de care avea nevoie. A făcut asta pentru că a înţeles că pentru un bărbat este important să fie primul.

SINDROMUL PRINŢESEI ŞI SINDROMUL CUCERITORULUI

Cele mai multe fete doresc să fie prinţese. Visează la sosirea unui prinţ care să le cadă la picioare şi să le ducă într-un castel de vis. Vor trăi amândoi în armonie deplină în acea ţară îndepărtată pentru tot restul vieţii.

Dar ceea ce primesc deseori este tratamentul „cuceritorului": „Eu sunt stăpânul destinului meu şi al destinului tău şi voi stăpâni peste tine." Este cunoscut, de asemenea, ca „tratamentul bărbatului din peşteră" – „tu femeie, eu bărbat, tu eşti a mea. Treci *acum* în peşteră!"

CUCERITORUL

Fiecare femeie care are un bărbat în viaţa ei a trăit fără îndoială acest scenariu:

Bărbatul conduce maşina.

Femeia încearcă să stea liniştită pe locul din faţă.

Dar, deoarece se rotesc în jurul aceluiaşi loc a patra oară, femeia nu mai are răbdare şi spune: „Iubitule, nu cumva ne-am pierdut?"

„Oh, nu", spune bărbatul sigur de sine. „E după colţul următor."

Zece minute mai târziu încă se află în acea zonă.

„Iubitule, poate ar trebui să întrebăm pe cineva", sugerează femeia.

„Nu!", răspunde bărbatul vehement. „Mă pot descurca singur. Aproape am ajuns."

Observaţi tonul din răspunsul bărbatului. De ce este supărat? Ţie ţi se pare absolut normal să ceri indicaţii când te-ai pierdut. La urma urmei, de ce să consumi benzină şi să pierzi timp tot învârtindu-te?

Dar priveşte problema din perspectiva bărbatului. Este învăţat, de băieţel, să fie un cuceritor. De aceea nu apreciază nici măcar *sugestia* de a cere indicaţii.

În mintea lui, ceea ce spui tu înseamnă: „Bărbăţele dragă, cred că te-ai pierdut cu totul şi nu vrei să recunoşti."

Bărbatului tău nu-i place să se simtă nepriceput la ceva, deoarece dorinţa lui înnăscută este de *a duce la capăt orice sarcină*, inclusiv acelea la care nu este foarte bun. El crede că poate face treaba. Încearcă să rezolve toate sarcinile de unul singur, fără niciun ajutor (inclusiv al tău).

Este important pentru modul în care se percepe ca bărbat să îi permiţi nu doar să concureze, ci şi să câştige.

Aşadar, data viitoare când te afli pe scaunul de lângă şofer şi vă învârtiţi, întreabă-te: *Este chiar atât de rău să-l las să încerce să fie un câştigător? Chiar dacă înseamnă să ne tot învârtim? Chiar dacă întârziem puţin?* Oricât de exasperant ar putea fi uneori, încearcă să vezi lucrurile în perspectivă. Dă-i soţului tău permisiunea de a încerca... şi de a eşua, dacă e nevoie. În cele din urmă veţi ajunge la destinaţie, dar amândoi veţi fi într-o dispoziţie mai bună, dacă îl laşi să fie cuceritorul care a fost proiectat să fie.

Adu-ţi aminte: când tu eşti la volan şi el nu este în maşină, poţi opri de câte ori vrei pentru a cere indicaţii.

CHESTIONAR

De ce un bărbat nu opreşte pentru a cere indicaţii?

A. Este umilitor pentru el.
B. Vrea să se descurce singur.
C. Ştie încotro merge.
D. Nu-i place să ceară ajutor altora.
E. Pentru că încă nu are nevoie să meargă la toaletă.
F. Se gândeşte: *Încă pot s-o scot la capăt.*

Pentru răspunsurile corecte, vezi pagina 230.

În fiecare bărbat există nevoia de a cuceri. De aceea, a ajunge pe prima bandă a vieţii este atât de important. De aceea, a avea

controlul telecomenzii şi a putea să schimbe permanent canalele doar pentru a vedea ce este acolo, e atât de important, chiar dacă apăsarea continuă şi schimbarea imaginii şi a personajelor te scoate din sărite.

Mai este o altă parte importantă a bărbatului cuceritor.

Când cucereşte, el cucereşte. În mintea lui, când face o treabă, ea este făcută. Să luăm cazul unui bărbat şi al unei femei care sunt căsătoriţi de trei ani şi au conflicte în căsnicia lor.

„Dar, iubitule", se milogeşte soţia, „nu mi-ai spus că mă iubeşti de trei ani!"

Răspunsul bărbatului? Confuzia îl năpădeşte înainte de a spune: „Ţi-am spus că te iubesc când ne-am căsătorit... şi dragostea mea pentru tine nu s-a schimbat!"

În mintea lui, când a trecut prin detaliile nunţii şi şi-a trecut soţia peste prag, el şi-a îndeplinit slujba căsătoriei. Apoi s-a concentrat asupra următorului lucru de cucerit – obţinerea unei slujbe mai bine plătite pentru a se îngriji mai bine de noua familie.

Nu lua personal concentrarea soţului tău asupra unui singur lucru. Nu trebuie să o consideri a fi direcţionată împotriva ta (doar dacă aveţi o problemă în relaţia voastră pe care încearcă s-o evite). În schimb, înţelege că cuceritorul tău se ocupă la un moment dat de o singură sarcină. Şi uneori are nevoie de ajutorul tău atent pentru a-i redirecţiona sau lărgi această concentrare. (Mai multe despre aceasta în capitolele următoare.)

PENTRU UN BĂRBAT, VIAŢA ÎNSEAMNĂ A CUCERI. PENTRU O FEMEIE, EA ÎNSEAMNĂ O CĂLĂTORIE PE DRUMUL VIEŢII.

DORINŢA PUTERNICĂ DE A ÎNVINGE

Fiecare bărbat se scoală dimineaţa cu următorul gând: *Trebuie să învinge. De îndată ce picioarele mele ating podeaua, este o întrecere cine ajunge primul, cine lucrează mai din greu, cine este cel mai bun, cel mai rapid. Aşa este tipul care va câştiga. Şi acesta voi fi eu.*

Deşi a câştigat şi ieri, nu mai contează. Trebuie să câştige din nou azi, mâine şi în fiecare zi.

Vezi, bărbatul tău ştie că, în lumea de azi, nu există loc pentru rataţi. Bărbatului tău îi este frică ca firma la care lucrează să nu facă reduceri. Se întreabă dacă va fi nevoit să se mute. Dacă rămâne în aceeaşi companie, va trebui să accepte o reducere a salariului. Şi aceasta vă va afecta viaţa de familie.

Permanent îi trece prin minte gândul că viaţa este nesigură. Vieţile se schimbă datorită mişcării peniţei unui birocrat. Competiţia este dură. În fiecare zi se confruntă cu presiunea de a fi cel mai bun. De a încheia cea mai bună afacere. De a săpa fundaţia casei mai repede ca oricine altcineva.

Trebuie să câştige. Şi această gândire interioară planează asupra oricărui lucru pe care îl face.

„ÎL VREAU – ACUM!"

Recunosc. În unele zile am maturitatea unui copil. Îmi doresc fierbinte mulţumirea imediată. Meritele sunt importante pentru mine.

ÎN UNELE ZILE AM MATURITATEA UNUI COPIL.

În urmă cu o săptămână, o femeie a venit la mine într-o librărie în care dădeam autografe pe cărţile mele. După ce a aşteptat ca mulţimea să se împrăştie, mi-a spus: „Dr. Leman, am citit toate cărţile dumneavoastră. Dar vreau să ştiţi că *Sheet Music* a schimbat viaţa mea şi a soţului meu, cât şi relaţia noastră. Am avut probleme legate de sex de la începutul căsniciei noastre. Niciodată nu am avut o părere bună despre mine sau despre cum arată corpul meu. Pentru prima dată în 17 ani ne bucurăm de relaţia noastră sexuală. Vreau să vă mulţumesc pentru aceasta."

„Uau", am spus. „Mă simt ca o focă căreia i s-a aruncat un peşte mare de două kilograme! Pentru că din acest motiv fac ceea ce fac!" Această laudă simplă primită de la o singură femeie a însemnat întreaga lume pentru mine ca autor... şi ca bărbat.

De ce au fost cuvintele unei femei atât de importante pentru mine? Pentru că ele mi-au spus clar că munca mea a contat. Şi, pentru un bărbat, aceasta înseamnă: *eu contez*. Pentru un bărbat, munca lui *reprezintă* cine este el.

În contrast cu femeia, a cărei muncă este doar *o parte* a ceea ce face ea. Vă amintiţi de cele două femei din capitolul unu, care se întâlnesc la vasul cu punci şi, deşi ambele lucrează, ocupaţiile lor nici măcar nu au fost menţionate în discuţia lor? Astfel de realităţi scot în evidenţă locul muncii în viaţa unei femei, chiar dacă ea lucrează – şi chiar dacă aduce o contribuţie semnificativă la bugetul familiei.

În orarul zilnic al unei femei, munca ocupă doar o parte. De aceea ea va suna în timpul pauzelor şi a mesei de amiază pentru a stabili programări la medic şi pentru a verifica orele de balet şi va naviga pe internet pentru a găsi pantofii roşii marca Mary Jane doar pentru că fiica ei *trebuie* să-i aibă.

Datorită impulsului înnăscut al unui bărbat, al imboldului de a cuceri, a dorinţei de a câştiga, bărbatul tău tânjeşte după *împlinire imediată*, nu după împlinire viitoare. Aceasta înseamnă că el doreşte să-ţi spună imediat despre un proiect pe care tocmai l-a început la locul de muncă şi ceea ce spun şefii lui despre el.

Ar trebui ca un bărbat să primească împlinire imediată? Nu, deoarece va deveni ca băieţii care primesc totul – un mic sugaci hedonist cu care este imposibil să trăieşti.

Dar o femeie înţeleaptă pricepe că un bărbat este programat să dorească lucrurile *acum*. Şi ea va pricepe că un bărbat căruia i se refuză constant dorinţele va căuta satisfacţia în altă parte.

Uneori s-a putea să te scoată din sărite să te ocupi de băieţelul tău adult. Bărbatul care acţionează atât de competitiv, ca omul peşterilor, cuceritor, şi care trebuie să câştige. În aceste cazuri, gândeşte-te la situaţie puţin diferit: dacă bărbatul tău nu ar fi atât de competitiv, ar fi avut curajul să te curteze? Dacă nu ar fi fost atât de competitiv, ai fi fost de acord să te căsătoreşti cu el?

Vezi, ar trebui să fii flatată. Bărbatul tău te-a văzut ca un premiu care trebuie câştigat şi a mers după tine! A mers după medalia de aur – după tine!

AR TREBUI SĂ FII FLATATĂ. BĂRBATUL TĂU TE-A VĂZUT CA UN PREMIU CARE TREBUIE CÂŞTIGAT ŞI A MERS DUPĂ TINE! A MERS DUPĂ MEDALIA DE AUR – DUPĂ TINE!

CEALALTĂ FEMEIE

Ştiai că mai există o femeie în viaţa soţului tău? Şi că ea va rămâne acolo?

Adesea comportamentul soţului tău are legătură cu cealaltă femeie din viaţa lui... mama lui.

Sunt convins că sunt bărbatul care sunt datorită a ceea ce a fost *mama* mea.

„Vrei să spui *tatăl* tău?", ai putea spune.

„Nu", aş răspunde. „Datorită *mamei* tale."

După ce am petrecut ani de zile în domeniul psihologiei şi am discutat sau am consiliat mii de bărbaţi şi de femei, sunt convins că tatăl este cel care are cel mai mare impact în viaţa fiicei lui, iar mama are cel mai mare impact în viaţa fiului ei.[1] Aceste relaţii de familie încrucişate au consecinţe de neşters.

Nu am crescut într-o familie perfectă. Tatăl meu avea probleme cu băutura. Nu am avut întotdeauna o relaţie bună cu el. De fapt, au fost perioade în viaţa mea în care mi-am dorit să nu facă parte din viaţa mea. Dar, pe măsură ce am crescut, lucrurile s-au schimbat în bine. Am ajuns să înţeleg mai multe despre tatăl meu şi despre anii lui de creştere care au făcut să devină bărbatul care era. Familia lui catolică irlandeză era atât de săracă, încât el şi fratele lui obişnuiau să spună: „Cel care se îmbracă primul se îmbracă cel mai bine." Aceasta deoarece cel care se îmbrăca primul alegea hainele. Celălalt frate lua ce mai rămânea.

Dar am fost întotdeauna apropiat de mama în perioada de creştere. Chiar în anii când copiilor le este greu să discute cu părinţii lor, eu puteam discuta cu mama despre orice – inclusiv despre fete şi sex. Mama mea spunea întotdeauna lucrurilor pe nume. Ştiam că mă iubea. Şi, indiferent ce spuneau alţii, ea credea şi se aştepta la ce era mai bun în mine.

În mine. Un copil care aveam rezultate şcolare cum nu se poate mai slabe. În ultimul an de liceu am ales cursul de matematică elementară – un curs la care ţi se prezintă probleme de genul următor: „Nancy a mers la magazin având un dolar. A cumpărat patru mere şi a primit rest 16 cenţi. Cât a cheltuit la magazin?" Cursul avea un scop elementar – să mă înveţe cum să fac cumpărături la supermarket când voi termina şcoala!

Într-un an, în locul unei note, în carnetul meu s-a trecut o linie deoarece am făcut-o pe acea profesoară să iasă din învăţământ. A plecat din şcoală în mijlocul trimestrului... din cauza mea. Am fost dat afară. Şi în ziua de azi mă simt vinovat pentru modul în care am tratat-o pe femeia aceea. Am încercat de mai multe ori să o găsesc ca să-i cer iertare personal pentru că am fost genul de băiat care eram, dar nu am reuşit.

Am primit calificativul insuficient chiar şi la cursul de matematică elementară, am căzut de trei ori la latină şi n-am reuşit să trec la chimie.

Kevin Leman nu părea să fie pe drumul spre succes în viaţă.

După ce am devenit adult, mama mea mi-a spus odată că s-a rugat adesea: „Doamne, Te rog ca Kevin să aibă măcar un 8 în carnetul de note ca să-mi arate că are *ceva* potenţial." Mergea la şcoală mai des ca mine – discutând cu profesorii care îi spuneau mereu: „Dacă Kevin s-ar pune pe învăţat..."

Dragostea este plină de optimism. Dragostea este perseverentă. Ea continue să spere.

– Stuart şi Jill Briscoe, *Living Love*

Mama avea o mulţime de factori de stres în viaţa ei. Eram săraci. O parte din copilăria mea nu am avut maşină. În schimb tatăl meu avea o furgonetă – din acelea care nu au alt loc în afară de cel al şoferului. Îmi amintesc stând pe sacii cu haine curăţate şi ajutându-l să le livreze clienţilor. Aveam o casă modestă care fusese dăruită tatălui meu de către o mătuşă.

Când afacerea tatălui a trecut prin momente dificile, mama s-a angajat cu normă întreagă ca infirmieră pentru ca familia Leman să aibă din ce trăi. A muncit din greu – adesea toată noaptea. Una dintre amintirile cele mai vii se referă la clipa în care am văzut-o venind acasă prin zăpada de peste jumătate de metru la ora şapte dimineaţa. Venea pe strada noastră în Buffalo, New York, după ce lucrase în schimbul de noapte la spital.

Deoarece ambii părinţi lucrau, eu eram un copil lăsat în casa neîncuiată înainte ca acest fenomen să fie la modă. Toţi ceilalţi păreau să aibă părinţi grijulii. Când un alt băiat m-a batjocorit din pură răutate spunându-mi că mama mea nu se îngrijeşte de mine fiindcă nu este acasă când ajung eu acasă de la şcoală, i-am tras una între picioare.

Îmi iubeam mama. Şi era limpede că şi ea mă iubea pe mine şi pe fraţii mei. În mijlocul muncii grele, îşi lua timp să meargă la pescuit cu mine. Când eram de cinci sau şase ani, obişnuiam să mergem la pârâu, la 800 de metri de casa noastră, să prindem peşte. Mama sărbătorea fiecare peşte prins de mine de parcă ar fi fost cea mai spectaculoasă captură făcută vreodată! Inima mea de băieţel se umfla de mândrie. Poate că mama mea ştia deja că va trebui să depun eforturi pe plan academic şi că aveam nevoie de acest gen de sprijin devreme în viaţă pentru a avea vreun succes.

Pe tot parcursul copilăriei mele, mama mea a fost susţinătoarea mea. Chiar când, în ochii lumii, eram un ratat... şi când am continuat să fiu astfel ani de zile.

MAMA MEA A FOST SUSŢINĂTOAREA MEA. CHIAR CÂND, ÎN OCHII LUMII, ERAM UN RATAT.

După ce am fost dat afară din colegiu, am petrecut nouă luni căutându-mi slujba potrivită. Aş fi preferat o funcţie de conducere, dar singura slujbă care mi s-a oferit a fost cea de portar. Eram într-o perioadă dificilă din viaţă, în care singura insignă pe care o purtam la uniformă era cea a menajeriei Tucson Medical Center – un TMC şi o mătură încrucişată cu un mop. Încercam cu adevărat să mă regăsesc. Am decis să mă înscriu la un curs de seară de geologie la Universitatea Arizona din apropiere... şi am căzut la examen. Cineva mi-a spus că perseverenţa dă rezultate, aşa că următorul semestru am mers din nou... şi l-am căzut din nou. Iată-mă, deci, având un scor de 0 la 2 în jocul cu universitatea, zbătându-mă şi întrebându-mă ce voi mai face în viaţă.

Dar la scurtă vreme după ce am împlinit 22 de ani, viaţa mea s-a schimbat. Am întâlnit-o pe Sande, care era asistentă medicală, şi m-am îndrăgostit până peste cap de ea. Când am început să ne întâlnim, ea a fost cea care a avut iniţiativa. M-a întrebat dacă vreau să merg la biserică cu ea! Trebuie să ştiţi că a merge la biserică era ultimul lucru la care mă gândeam. Îi consideram pe creştini unii dintre cei mai ciudaţi oameni de pe planetă. Dar Sande avea ceva ce radia din personalitatea ei şi asta m-a atras la ea. Aşa că am mers la biserică cu ea în următoarea duminică

dimineaţa... şi apoi a dorit să merg din nou cu ea seara. Îmi amintesc că mă gândeam: *Nicio femeie nu merită un asemenea efort!*

Dar Sande merita, aşa că am mers. În acea seară pastorul a vorbit despre un tip care avea cunoştinţe intelectuale despre Isus Cristos, dar nu Îl cunoştea în inima lui. În timp ce stăteam acolo, simţindu-mă foarte stânjenit, a trebuit să recunosc adevărul: *eu* eram unul de acest gen, şi pastorul vorbea despre *mine*. De fiecare dată când priveam în sus, vedeam cum ochii căprui ai pastorului se uitau chiar înspre mine.

Îmi amintesc că în acea seară am ieşit din biserică simţindu-mă curat pentru prima dată în viaţă. Şi eram copleşit de faptul că nu doar puteam să vorbesc cu Dumnezeu, ci că El mă asculta cu adevărat. Puteam avea o *relaţie* cu Cel care m-a creat.

Adevărul este că, atunci când L-am întâlnit pe Dumnezeu, viaţa mea a luat o întorsătură de 180 de grade. În îndurarea Lui, El mi-a dat motivaţia să mă întorc la şcoală nu doar pentru *un singur* curs, ci ca student, în timp ce lucram cu normă întreagă ca paznic.

În acel prim semestru am luat doar zece şi un singur nouă. Am fost pus chiar pe lista de onoare. Încă îmi amintesc cum mă holbam la numele meu pe listă şi cum îmi rosteam numele cu voce tare: „Kevin Leman." Notele erau atât de nepotrivite cu modul în care mă vedeam eu, încât nu puteam crede că erau ale mele!

Curând după aceea am primit un bileţel în care mi se spunea că trebuie să merg la decan.

Prima mea reacţie? „Nu am făcut nimic rău!" (Era o reacţie învăţată, credeţi-mă.) Îmi era frică. Gândirea mea de băieţel îmi spunea: *Ultima dată când am văzut un decan, m-a dat afară din colegiu.*

Totuşi am mers să-l întâlnesc.

„Fiule", mi-a spus decanul, „ai câştigat o bursă. Îţi vom plăti taxele semestrul următor."

Aproape am căzut de pe scaun. Eu – Kevin Leman, cel care cădea examenele – am auzit bine?

Din acel moment am devenit un student eminent.

Am ajuns până aici... şi dau credit mamei mele pentru succesul meu. Ea, dintre toţi oamenii din lume, a fost persoana care a crezut în mine tot timpul.

Şi asta mi-a dat puterea să am succes în viaţa mea ca adult. Mi-a dat încrederea de a descoperi la ce sunt bun.

Am fost atât de bucuros când, în sfârşit, mama s-a putut pensiona. O merita. Doream să se poată bucura de viaţă. După ce mama a murit, am găsit o scrisoare de-a mea pe care o păstra şi pe care am scris-o când fiicele noastre, Holly şi Krissy aveau patru, respectiv doi ani. Iată ce conţinea scrisoarea:

> *Sally [sora mea] a primit pianul. Jack [fratele meu] a primit trenuleţul meu. Dar credem că am primit cel mai preţios cadou: Faptul că ai venit în Tucson.*

Era mult mai important pentru mine – mai important decât orice alt bun pământesc – ca femeia din viaţa mea, cea care m-a modelat să fiu ceea ce am devenit, să poată locui în acelaşi oraş cu noi şi să poată fi parte a anilor de copilărie ai copiilor mei.

„Cealaltă femeie" din viaţa mea a avut un rol vital în ceea ce am devenit azi ca adult. Şi „cealaltă femeie" a soţului tău are un rol vital în formarea ca adult a soţului tău.

MAME SUFOCANTE, MAME CARE DISCIPLINEAZĂ SAU MAME CONDUCĂTOARE?

Soţia înţeleaptă va ţine cont de creşterea soţului ei – de modul în care l-a tratat mama lui, care a avut un rol esenţial în viaţa lui cel puţin 18 ani.

Mame sufocante

Mamele sufocante nu-şi lasă copii să facă sport deoarece nu doresc să se rănească. Nu-i lasă să se urce în copaci deoarece ar putea cădea. Nu-i lasă să meargă în excursii deoarece ar putea să se rătăcească. Pe scurt, nu-i lasă să facă lucrurile de care băieţii se bucură cel mai mult şi care îi fac să fie tot timpul în competiţie, să concureze şi să câştige.

> Cei care mişcă leagănul conduc lumea.
>
> – Stuart şi Jill Briscoe, *Living Love*

Da, se poate ca aceste mame să-şi ţină copiii mai „în siguranţă" din punct de vedere fizic. Dar este o capcană periculoasă. Dacă îţi

opreşti copilul să facă lucruri sănătoase până la 18 ani, se va răzvrăti total imediat ce va avea şansa. Nu se va răzvrăti făcând lucruri sănătoase, cum ar fi să antreneze echipa de baschet a fiului sau a fiicei lui sau jucând golf. Chiar mai rău, în multe cazuri, bărbatul nu va putea să se răzbune pe mama lui, aşa că se va răzbuna pe soţia lui.

Ferice de tine!

O mamă sufocantă îşi scuză adesea băiatul. Dacă copilul vrea să chiulească de la şcoală, ea scrie un bileţel care spune: *Seth nu se simte bine.* Dacă el fuge şi se joacă înainte de a-şi face treburile casnice, ea ridică din umeri. Dacă el vrea să se joace Nintendo în loc să-şi facă temele, ea se face că nu vede.

Ea este prea dispusă să „distorsioneze" adevărul pentru a proteja reputaţia băieţelului ei.

Să presupunem că cei doi copii – Seth şi Karyn – întârzie la şcoală pentru că s-au bătut toată dimineaţa. O mamă înţeleaptă va nota acest lucru în biletul pe care-l va trimite la şcoală! Ea nu-i va lăsa pe copii nici măcar să se *gândească* că le va ascunde fapta. În schimb, va scrie:

> *Dragă doamnă învăţătoare,*
> *Seth a întârziat la şcoală deoarece a fost iresponsabil în această dimineaţă şi s-a bătut cu sora lui, în loc să se pregătească pentru şcoală.*

Mama sufocantă, pe de altă parte, va veni cu o scuză neconvingătoare care va păstra temporar „imaginea" fiului ei... dar îi va sacrifica pe termen lung caracterul.

Te-ai mirat vreodată de ce soţul tău a presupus că îi vei acoperi toate greşelile? Că vei fi de acord să minţi pentru el cu scopul de a-l scăpa de încurcătură? Uită-te la mama lui. A fost o mamă sufocantă? Era cea care-l acoperea?

Copiii mei ştiu că sunt gata să mor pentru ei, să le port de grijă, să-i protejez, să-i iert şi să-i iubesc, dar că *nu voi minţi niciodată pentru ei.* Nu-i voi face mai slabi permiţându-le să evite responsabilitatea personală.

Când o mamă refuză să mintă pentru fiul ei, ea îl învaţă că femeile nu trebuie folosite. Ele nu au rolul să te ascundă sau să fie folosite ca parte a schemei tale de acoperire.

Dacă mama soţului tău a fost o mamă slabă, poate că soţul tău se gândeşte că toate femeile sunt slabe, deşi probabil nu va spune acest lucru. Dacă a învăţat devreme în viaţă că îşi poate controla şi manipula mama, va presupune că te poate controla şi manipula şi pe tine.

Înainte de a izbucni la greşelile altora, ia-ţi timp să numeri zece de-ale tale.

– Doamna Amos Miller

Dacă eşti căsătorită şi te afli în această situaţie, ce poţi face? Trebuie să-ţi asumi responsabilitatea. Chiar acum. Cu dragoste, dar şi cu hotărâre, apără-ţi cauza şi dovedeşte-ţi puterea.

Un alt lucru la care trebuie să te gândeşti este dacă mama soţului tău i-a permis să mai şi greşească. Odată, pe când vorbeam la un program de radio, o femeie care a sunat a spus că, pentru ca fiul ei să termine o treabă, trebuia să meargă după el în toată casa şi să-i strige: „Ia-ţi pantofii! Bagă-ţi cămaşa în pantaloni!" Ea a continuat să menţioneze toate lucrurile pe care fiul ei nu le făcea niciodată şi cât de mult efort trebuia să depună pentru a-l obliga să le facă.

Când s-a oprit să-şi tragă răsuflarea, am întrebat-o: „Cum te-ai simţi dacă ar merge cineva după tine prin casă cu un pix şi o hârtie şi şi-ar nota toate lucrurile pe care le-ai făcut greşit? Să-ţi spună: «Curăţă din nou masa. Am găsit o pată! Spală tejgheaua! Ei, am găsit o scamă după ce ai aspirat camera de zi!»"

S-a făcut tăcere timp de un minut, apoi a spus: „Nu mi-ar plăcea deloc."

„Desigur că nu", i-am spus eu, „şi nici fiului tău nu-i place. Noi, părinţii, mai greşim câteodată, şi la fel fac şi copiii. Nu impune fiului tău un standard la care nu te ridici nici tu".

Cu toţii avem nevoie de standarde şi de principii, dar eu sunt totdeauna suspicios cu privire la reguli. Când mă gândesc la principii călăuzitoare, mă gândesc la modul lui Isus de a aborda viaţa: iubeşte-i pe alţii aşa cum ai vrea să fii tu iubit. Iubeşte aşa cum te iubesc Eu. Când mă gândesc la reguli, mă gândesc la modul fariseilor de a aborda viaţa. Ştii, acei oameni din Biblie cu nasul pe sus, care se credeau mai buni ca alţii şi care se uitau tot timpul peste umerii tuturor, dar nu se uitau la ei înşişi, şi care spuneau: „ar trebui să faci asta" şi „n-ar trebui să faci aia".

Îi laud pe părinţii care doresc să crească copii respectuoşi, cu bune maniere.[2] Dar prea mulţi oameni din aşa-zise cămine creştine îi copiază pe farisei mai mult decât Îl copiază pe Isus. Unul din rolurile principale în calitate de părinte este să-ţi moderezi bunele intenţii cu har. Mamele, în special, au tendinţa de a „vâna greşeli."

Legea căminului ar trebui să fie întotdeauna: îi tratez pe membrii familiei aşa cum aş vrea să fiu eu tratat?

Am spus destul.

Mama care disciplinează

Prima caracteristică a mamei care disciplinează este că ea nu face nimic pentru copiii ei din ceea ce pot să facă ei singuri. Nu sugerez ca o mamă să refuze să-şi servească copiii cu un pahar de lapte când ei îi cer acest lucru. Dar aţi mers vreodată la o expoziţie de artă ca să aflaţi că doar unul-două proiecte erau realizate într-adevăr de copii, şi nu de părinţi? Unii părinţi sunt atât de preocupaţi să dea *impresia* că copiii lor sunt cei mai buni, încât îi învaţă să pună imaginea deasupra realităţii şi să prezinte ceva ce nu este realizat de ei.

Regulile fără relaţie conduc la răzvrătire.
– Josh McDowell

Dar dacă copilul continuă să pună imaginea deasupra realităţii, vor exista doar promisiuni şi nicio performanţă la muncă. El va arăta ca un soţ devotat, dar nu aceasta va fi realitatea din gândurile şi acţiunile lui.

Dacă mama soţului tău a refuzat să participe la disciplinare şi în schimb a cedat-o soţului ei, sunt şanse mari ca partenerul tău de viaţă să nu te ia prea în serios. Un copil trebuie să dezvolte respect de mic şi o mamă înţeleaptă va folosi valoarea şocului pentru a se face înţeleasă.

De exemplu, dacă un fiu spune ceva foarte supărător – cum ar fi: „Te urăsc!", sau îşi înjură mama – mama care disciplinează nu se va pierde cu firea. În schimb, îşi va păstra calmul. Dar, mai târziu, când copilul îi va reaminti că trebuie dus cu maşina la meciul de baschet, ea îi va spune calm: „Îmi pare rău, Billy, dar nu vei merge la meci."

Billy va fi năucit. „Ce vrei să spui, că nu voi merge la meci? Am discutat despre asta de dimineaţă!"

„Aşa e, am discutat", va fi răspunsul! „Dar asta a fost înainte de a-mi vorbi nerespectuos, lucru pe care nu-l apreciez."

Aşteptarea până la momentul potrivit va produce un şoc care îl va trezi la realitate. Îmbrăcat, gata pentru a ieşi pe uşă, nu va uita niciodată această lecţie. Totuşi, dacă mama soţului tău a cedat, soţul tău s-ar putea să perceapă cererile tale ca enervante mai degrabă decât ceva ce ar trebui luat serios. Acesta ar putea fi momentul ca el să experimenteze câteva consecinţe ale acţiunilor lui.

Mama conducătoare

Soacra ta l-a ţinut pe soţul tău foarte ocupat?

Tot mai mulţi bărbaţi care vin la mine la consiliere nu au nicio idee cu privire la ce înseamnă o familie care ştie să socializeze. Mulţi dintre ei nu s-au bucurat niciodată de mese tihnite acasă cu părinţii. În loc de a merge în vacanţe cu fraţii lor, ei plecau singuri în tabere de sport.

> Cu cât eşti mai ocupat, cu atât eşti mai superficial.
>
> – Autor necunoscut

Ritmul pe care unele familii şi-l stabilesc este nebunesc. Am discutat cu părinţi ai căror copii au început să facă acrobaţii sau gimnastică când erau de trei sau patru ani, să joace fotbal la cinci, baseball la şase şi să ia lecţii de karate la şapte ani. Pe la opt ani făceau toate aceste sporturi simultan în acelaşi an şcolar. Cunosc un băiat de zece ani – singurul copil al familiei – a cărui mamă i-a permis să joace la trei sau patru echipe de baschet în acelaşi sezon. Această abordare este cu totul prostească.

Dacă programul copilăriei soţului tău a inclus luni activitatea cercetaşilor, marţi şi miercuri antrenament la baschet, joi repetiţii cu trupa de muzică, vineri şi sâmbătă meciuri de baschet, iar duminică grupul de tineri, probabil că el nu a avut nicio şansă să se lege cu adevărat de familia lui.

Ca urmare, când se va căsători, s-ar putea să aibă o concepţie radical diferită cu privire la ceea ce este şi face o familie. S-ar putea ca această concepţie să nu se potrivească deloc cu imaginea pe care o ai tu cu privire la unitatea familiei.

Nu e de mirare că s-ar putea supăra atunci când îi spui: „Iubitule, ne te mai vedem deloc. Nu putem să ne punem deoparte cel puţin două seri pe săptămână, în care să luăm masa împreună ca familie? Cu toţii?"

Deoarece o astfel de imagine nu a fost parte a experienţei lui de copil, va trebui să găseşti unele modalităţi abile pentru a-l „reeduca" – desigur, cu bunătate şi dragoste.

Cel mai important lucru este să-ţi reaminteşti că nu te-ai căsătorit cu cineva care nu a fost influenţat de nimeni. Soţul tău a fost format şi modelat de o altă femeie. Şi cealaltă femeie – mama lui – a avut un rol vital în tot ce a devenit azi soţul tău şi în modul în care se relaţionează la tine şi la copiii voştri, dacă aveţi copii.

Dar trebuie să accepţi aceste comportamente fără să faci nimic în privinţa lor? Cu siguranţă nu! Tu, cea pe care te iubeşte şi în care se încrede cel mai mult, poţi să schimbi viaţa soţului tău chiar acum şi în viitor prin modul în care te lupţi să-l înţelegi, să-l accepţi şi să-l celebrezi. Vezi secţiunea *Limbajul bărbaţilor* pentru câteva idei cu care să începi.

Trăiască diferenţele

O provocare majoră în căsnicie este să înveţi să înţelegi pe cineva care este atât de diferit de tine (şi nu vorbesc doar despre structura interioară şi exterioară).

Scopul căsniciei nu este să gândim la fel, ci să gândim împreună.

– Autor necunoscut

În lupta onestă de astăzi de a câştiga mai mult respect pentru femei, am aruncat bunul nostru simţ împreună cu prejudecăţile noastre. Evident, bărbaţii şi femeile au aceeaşi valoare socială. Bărbaţii nu sunt mai valoroşi decât femeile. Dumnezeu nu îi iubeşte mai mult pe bărbaţi decât pe femei sau pe femei mai mult decât pe bărbaţi. Dar societatea s-a îndreptat într-o direcţie greşită atunci când a luat această noţiune a egalităţii şi a ajuns la concluzia ridicolă că bărbaţii şi femeile sunt identici. Şi acesta este mesajul pe care societatea modernă – inclusiv reclamele şi filmele – doreşte să-l impună.

Dar bărbaţii şi femeile *nu* sunt identici. Creierul unui bărbat

este diferit de creierul unei femei. De exemplu, ştiai că partea creierului care controlează abilităţile vizual-spaţiale şi conceptele de spaţiu mental – abilităţi necesare pentru sarcini cum ar fi matematica şi arhitectura – este cu şase procente mai mare la bărbaţi decât la femei?[3] Creierul bărbaţilor este mai mare, dar creierul femeilor conţine mai multe celule.[4]

Inima femeilor bate mai repede decât a bărbaţilor. Când bărbaţii şi femeile realizează sarcini identice, ca reacţie la aceste sarcini se luminează zone diferite din creierul lor.

Nu este de mirare că uneori un bărbat consideră o femeie ca fiind misterioasă şi o femeie consideră un bărbat ca fiind misterios. Într-adevăr, suntem diferiţi.

Dar eu spun: „Slavă Domnului, suntem diferiţi!"

Şi aşa cum a spus Domnul Dumnezeu după ce l-a creat pe Adam: „Nu este bine ca omul să fie singur. Am să fac un ajutor potrivit pentru el."[6]

Apoi a creat-o pe Eva.

Mi-l pot imagina pe Adam trezindu-se lângă această creatură frumoasă şi rămânând cu gura căscată de uimire. Şi probabil că a spus ceva foarte spiritual, de genul: „Sfinte Sisoe!"

În opinia experţilor:

> Cuvântul *ajutor* ar putea însemna mai exact o *tărie* sau o *putere* şi astfel femeile sunt comparabile cu bărbaţii. Aşadar, Dumnezeu a făcut femeia pentru bărbat, ca egală cu el şi potrivită pentru el în calitate de parteneră de viaţă. Ea a fost luată din *una din coastele lui*, probabil pentru a arăta interdependenţa. Ea era dependentă de bărbat; bărbaţii sunt dependenţi de femei pentru a se naşte. Unii au observat că cea mai veche limbă a Mesopotamiei, sumeriana, are un cuvânt pentru *coastă* care înseamnă şi *viaţă*.[7]

Chiar de la început Dumnezeu a făcut bărbaţii să fie bărbaţi... iar femeile să fie femei. Şi, ca atare, vedem viaţa din unghiuri total diferite. Deoarece nu ai fost niciodată băiat, nu e de mirare că nu gândeşti şi nu acţionezi ca un băiat. Şi, deoarece soţul tău nu a fost niciodată fată, nu e de mirare că el nu gândeşte şi nu acţionează ca o fată.

Dar aceste diferenţe, când sunt luate în termeni de colaborare,

în loc de competiţie, pot conduce la cel mai împlinitor şi fascinant parteneriat.

Un parteneriat în care băieţii pot fi băieţi şi fetele pot fi fete. Chiar când ambii nu se maturizează niciodată.

BCU IAŞI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

„Limbajul bărbaţilor"

VORBEŞTE PE LIMBA LUI

1. Prin cuvintele şi acţiunile tale, scoate competiţia din căsnicia ta. Concentrează-te asupra parteneriatului, chiar dacă adesea e iritant.
2. Lasă-l să câştige. Chiar dacă nu eşti sigură că poate face o anumită treabă, lasă-l să încerce.
3. Să nu ai sentimente de desconsiderare şi să nu acţionezi cu desconsiderare când revine la băieţelul care a fost odată. Adu-ţi aminte: şi tu eşti încă fetiţa care erai odată.
4. Încearcă să-i împărtăşeşti entuziasmul cu privire la lucrurile care sunt importante pentru el, dar care s-ar putea să însemne puţin pentru tine.
5. Adu-ţi aminte că *tu* eşti cea de care se îngrijeşte cel mai mult. Cea pentru care a muncit din greu ca să te câştige.

DE CE ARE NEVOIE SOŢUL TĂU?

Noi, bărbaţii, suntem foarte simpli. Nu e greu de ghicit ce ne face să dăm din aripioare şi să vă ascultăm cu loialitate ca o focă. Dacă ne înţelegeţi nevoile şi ne aruncaţi câţiva peşti din când în când, vom fi satisfăcuţi.

El are nevoie câteodată să fie îngrijit ca un copil

Când soţul tău are gripă sau este răcit, totul se opreşte în lumea ta. El are nevoie de suc de portocale la fiecare 15 minute. Are nevoie

să-i aduci telecomanda, deoarece este prea obosit să se ridice din fotoliu. Are nevoie să-i faci supă de pui – chiar dacă nu ai făcut niciodată în viaţa ta aşa ceva şi nu ştii cum s-o faci. Şi are nevoie să-i aduci supa într-o farfurie şi să i-o ţii cu dragoste în timp ce mănâncă din ea.

Pune în contrast această situaţie cu ce se întâmplă când *tu* ai gripă sau eşti răcită. Te târăşti până în baie, înghiţi câteva pastile şi peste 20 de minute mai târziu ziua ta este una normală, îndeplinindu-ţi lista enormă de lucruri care trebuie făcute:

- Să te îmbraci.
- Să pregăteşti micul dejun pentru bărbăţelul tău şi pentru copii.
- Să pregăteşti masa de prânz pentru bărbăţelul tău şi pentru copii.
- Să scrii bileţele de dragoste pentru bărbăţelul tău şi pentru copii.
- Să pregăteşti ghiozdanele pentru şcoală.
- Să verifici cât de asortat s-a îmbrăcat soţul tău. Să-l trimiţi înapoi să-şi schimbe hainele, dacă e nevoie.
- Să-ţi săruţi soţul când iese din casă.
- Să scoţi copiii pe uşă, să-i duci la maşină la vreme şi să îi iei pe ceilalţi copiii care merg cu voi.
- Să duci copiii la şcoală şi să te grăbeşti la muncă pentru prima întâlnire a zilei.

Singura dată când te opreşti să te gândeşti că eşti bolnavă este când iei alte pastile, dar atunci ai nevoie de altele mai puternice.

De ce noi, bărbaţii, devenim copii când ne îmbolnăvim? Deoarece revenim la băieţeii care au nevoie ca cineva să ne acorde atenţie şi să ne poarte de grijă. Oricât de supărător poate părea, în minţile noastre vă transformaţi din soţii în mame. Vă îngrijiţi de un băieţel care are nevoie *să ştie* că este iubit, văzând cum se manifestă această dragoste. El are nevoie să ştie că este o prioritate pentru tine şi că orice altceva are importanţă secundară faţă de el (mai multe despre aceasta în capitolul patru). Şi asta înseamnă a-ţi pune viaţa şi alte priorităţi pe lista de aşteptare.

El are nevoie ca tu să te opreşti din a concura cu el şi să-l laşi să câştige

Oricât de supărător ar putea fi, în special pentru femeile conducătoare, de tip A, sunt perioade când trebuie să te retragi din jocul competiţiei şi pur şi simplu să-ţi laşi soţul să câştige. Da, suntem parteneri egali şi tovarăşi de viaţă. Da, tu ai un creier. Da, s-ar putea să ştii cum să îndeplineşti o anumită sarcină mai bine.

Dar gândeşte-te la următorul lucru: datorită naturii lui competitive, dacă concurezi *întotdeauna* cu el, iniţiezi un cerc vicios. Şi soţului tău nu-i place să bată în retragere.

De exemplu, imaginează-ţi următorul scenariu.

Soţul tău face o manevră stupidă şi eşti cu adevărat supărată. Dar ştii că nu-ţi va asculta punctul de vedere, deoarece nu o face niciodată, aşa că te gândeşti la următoarea strategie.

Pentru a-i arăta cât de supărată eşti, decizi să laşi friptura să se prăjească puţin mai mult decât de obicei (ei bine, o oră mai mult ca de obicei). De ce să arzi friptura ca simbol al competiţiei? Pentru că ştii că friptura bună, făcută cum trebuie, este foarte importantă pentru el.

Aşadar, cum va reacţiona el? Va ieşi din casă şi va merge la o friptură cu un prieten. Când va veni târziu acasă în acea noapte, va considera că este dreptul lui să te ignore, de vreme ce te-ai comportat agresiv faţă de el.

Dă-mi voie să te întreb: Se merită să întreţii acest cerc vicios?

Ai văzut vreodată filmul *The War of Roses*, în care Michael Douglas şi Katheen Turner joacă rolul unui cuplu căsătorit care joacă jocul competiţiei cu atâta răutate încât ajung să-şi frângă inimile şi să-şi distrugă vieţile?

De ce să nu ieşi din joc din când în când?

El are nevoie să-l laşi să fie copil

Fă-ţi o favoare şi învaţă să râzi. Bărbaţii fac lucruri stupide. Întotdeauna am făcut şi vom continua să facem mereu. Nimic nu s-a schimbat de la începutul istoriei.

Chiar la 47 de ani încă facem competiţii de skandenberg.

Decidem să construim o terasă şi suntem convinşi că o putem face într-un weekend.

Insistăm cu încăpăţânare că ne descurcăm singuri şi nu avem nevoie de ajutorul nimănui. Ca tipul care a petrecut trei săptămâni chinuindu-se să scrie evaluarea muncii celor nouă angajaţi... în loc să ceară ajutorul soţiei lui, care era scriitoare.

Vom face zgomote pe care e mai bine să nu le auzi... şi le vom face mai gălăgioase când sunt alţi băieţi în preajmă.

Vom râde prea tare.

Vă vom enerva când vom purta haine cu dunguliţe şi pantaloni cu pătrăţele, în mai multe culori.

Dar câte din aceste lucruri contează cu adevărat pe termen lung? La urma urmei, vă acceptăm în timpul acelei perioade a lunii când personalitatea voastră este departe de a fi încântătoare.

Când el se poartă ca un băiat, de ce nu te gândeşti în schimb la ce te-a atras în primul rând la el? Fă o listă cu toate calităţile lui pozitive. Pune-o pe oglindă ca s-o vadă. S-ar putea să nu spună nimic despre listă, dar îl vei vedea cum se umflă de mândrie pentru că eşti mulţumită de el.

Unul dintre lucrurile cele mai importante pe lista soţiei mele era ca soţul ei să aibă simţul umorului. Cu siguranţă şi-a găsit unul cu această calitate!

BĂIATUL TĂU ADULT ŞI AL CÂTELEA COPIL A FOST ÎN FAMILIE

Oricât de simplist ar părea, sunt convins că poţi spune multe despre cineva dacă ştii al câtelea copil a fost.[8] În timp ce cauţi să-ţi înţelegi soţul – să-i anticipezi nevoile, să-i împlineşti dorinţele – este util să ştii cum a fost crescut. Este o mare diferenţă dacă soţul tău a fost primul copil în familie sau dacă a fost ultimul. Şi este util să te cunoşti şi să te înţelegi şi pe tine! Totul a început în familia soţului tău, pe când era un băieţel.

Primii născuţi

Primii născuţi sau copiii singuri la părinţi sunt cei care pun accentul pe realizări sau sunt obsedaţi de realizări şi sunt de obicei studioşi. Deoarece sunt primii, se află într-o poziţie dificilă, din

cauză că se fac atât de multe presiuni asupra lor, dar mulţi se decurcă bine cu acele presiuni şi realizează lucruri uimitoare. Copiii singuri la părinţi au standarde chiar mai înalte decât primii născuţi.

De exemplu, din cei 23 de astronauţi ai Statelor Unite trimişi în spaţiu, 21 au fost primii născuţi. Ceilalţi doi erau singuri la părinţi. Contabilii, inginerii, programatorii, arhitecţii, doctorii şi avocaţii sunt, de obicei, copiii cei mai mari. Al câtelea copil crezi că a fost Queen Oprah? Sau năzdrăvanul cu ochi albaştri Phil Donahue? Sau Dirty Harry, Clint Eastwood? Singurul comic cu doctorat pe care îl ştiu, Bill Cosby, este primul născut. Presupun că ar trebui să-l numim William. A dat tuturor copiilor nume care încep cu litera *E* ca să-şi amintească de excelenţă. George Bush, Bill Clinton şi numeroşi alţi preşedinţi şi lideri politici sunt primii născuţi – lideri prin naştere.

Nu e nicio mirare, deoarece copilul cel mai mare nu este doar unul axat pe realizări, ci unul ordonat, disciplinat şi bine organizat. De vreme ce părinţii primului născut nu au experienţă în ce priveşte creşterea copiilor, ei tind să exagereze faţă de acest copil. Fiecare scutec murdar este un motiv de agitaţie şi fiecare pas este un motiv de bucurie. Deoarece părinţii învaţă tot timpul, ei tind să fie inconsecvenţi în comportamentul lor. Încearcă un lucru şi, dacă nu dă rezultate, încearcă altceva. Ca urmare, primul născut poate deveni temător şi neliniştit, deoarece nu ştie exact ce să facă.

PRIMII NĂSCUŢI PRESUPUN CĂ DACĂ NU POT FACE TOTUL, NU AU VALOARE.

Dar ei sunt, de asemenea, într-o poziţie de invidiat, deoarece pentru o vreme se bucură de atenţia exclusivă a părinţilor. Se bucură de multă atenţie devreme în viaţă. De aceea, primii născuţi tind să fie în acord cu valorile adulţilor şi se simt mai confortabili să se raporteze la adulţi. Tind să fie dependenţi de familie – în sensul că vor susţine valorile familiei şi vor considera importantă aprobarea familiei.

Un prim născut este orientat pe realizări, este demn de

încredere, conştiincios, atent şi conservator. Probabil că munceşte din greu, se îngrijeşte de nevoile familiei şi caută ca toate nevoile familiei să fie împlinite. De asemenea, probabil că este un perfecţionist şi un competitiv prin natura lui. Aceasta îl va ajuta să progreseze în carieră şi să poarte de grijă bine familiei lui. Dar s-ar putea, totodată, să considere căsnicia voastră o competiţie, mai degrabă decât un parteneriat. Şi când nu reuşeşte să realizeze o sarcină, se poate desconsidera.

Dacă soţul tău este primul născut sau singur la părinţi, ce poţi face?

- Lasă-l să ştie că nu eşti interesată să concurezi cu el.
- Spune-i că îi apreciezi realizările.
- Încurajează-l în dedicarea lui pentru a avea succes.
- Arată-i prin cuvinte şi fapte că vezi relaţia voastră ca un parteneriat, nu ca o competiţie.
- Lasă ca băieţelul să strălucească în faţa altora, de vreme ce aceasta e important pentru el.
- Încurajează-l când dă greş – şi acordă-i o a doua şansă.

Dacă eşti prima născută, ţine-ţi în frâu impulsurile competitive. Lasă-l pe soţul tău să fie bărbat şi să preia controlul din când în când. Şi când propriul tău perfecţionism iese la iveală, priveşte în perspectivă.

Copiii mijlocii

Copiii mijlocii sunt cei efectiv „prinşi la mijloc". Primul născut a pavat deja drumul pentru părinţi, acum cel mijlociu intră pe nesimţite în familie şi are un model şi un coleg de joacă. Deoarece sunt la mijloc, sunt buni împăciuitori şi negociatori. Îşi fac prieteni cu uşurinţă şi sunt loiali. Sunt copiii cu cel mai subţire album.

Per ansamblu, copiii mijlocii sunt cei mai fideli parteneri de căsnicie. Nu permit stresului să-i doboare, ci atacă problemele cu entuziasm pentru a le rezolva. Nu permit conflictului să persiste în familie pentru foarte multă vreme fără a discuta despre el şi a încerca să-l rezolve. Şi, fiind la mijloc, sunt bine instruiţi în a da şi a primi.

Dar, deoarece un copil mijlociu este bun în a face compromisuri, s-a putea să ezite să-ţi spună exact ceea ce gândeşte, chiar când îl întrebi. S-ar putea să spună: „O, dar nu contează atât de mult", când, de fapt, chestiunea contează mult pentru el. Dacă te-ai căsătorit cu un copil mijlociu, trebuie să-l urmăreşti cu atenţie pentru a te asigura că nu-i calci în picioare sentimentele. Deoarece este atât de susceptibil la presiunea de grup (la ceea ce cred alţii despre el), s-ar putea să aibă tendinţa de a face lucrurile aşa încât să te facă pe tine şi pe alţii fericiţi.

Dacă soţul tău este un copil mijlociu, ce poţi face?

- Spune-i clar că vrei să auzi cu adevărat ce gândeşte... că îi apreciezi părerile.
- Asigură-te că nu îi judeci opiniile atunci când ţi le împărtăşeşte.
- Asigură-l că nu trebuie să facă ceva ce nu vrea să facă (sau să cumpere ceva ce nu vrea să cumpere) doar pentru că altcineva o face.

Dacă eşti un copil mijlociu, înţelege că punctul tău de vedere este la fel e important ca al oricărui altcuiva. Asumă-ţi riscul de a-ţi exprima părerile pentru ca cei care te iubesc să nu trebuiască să ghicească ce crezi.

Ultimii născuţi

Ultimii născuţi sunt cei care se laudă totdeauna.

Este copilul care probabil că a fost disciplinat cel mai puţin de părinţi. El tinde să iasă basma curată din orice şi merge râzând prin viaţă. (Eu sunt un bun exemplu.) Nu este tovarăşul cel mai responsabil şi mai de încredere. Îi place ca alţii să facă lucrurile pentru el, lăsând impresia că este neajutorat sau încântător, şi este foarte bun la aceasta (a practicat mult aceasta, fiind bebeluşul familiei).

Deoarece ultimul născut este cel mai mic, toată lumea îl ajută, fie că are nevoie, fie că nu. Aşa că adeseori se îndreaptă spre căsnicie gândind că viaţa va fi amuzantă şi uşoară şi că acţiunile lui nu vor avea urmări. La urma urmei, părinţii au fost mai indulgenţi cu el, deoarece, sincer, au fost epuizaţi de creşterea

celorlalţi copii. Ultimul născut este obişnuit să facă lucrurile în felul lui, nu-i place nimic care-l incomodează, nu este prea disciplinat şi nu este orientat pe realizări. Dar este încântător, fericit, tandru şi spontan. Şi îi place să fie în centrul atenţiei.

Dacă soţul tău este ultimul născut, ce poţi face?

- Poţi să-i dai un ghiont în direcţia bună, încurajându-l să se îngrijească de locuinţă şi să fie răspunzător pentru lucrurile pe care promite că le va face.
- Urmăreşte-i cu blândeţe impulsurile (cum ar fi, să petreacă prea mult timp cu o jucărie nouă). Tu trebuie să fii cea care spune: „Chiar ne putem permite acest lucru acum?" Apoi va trebui să-i dovedeşti că nu vi-l puteţi permite.
- Discută consecinţele unei anumite acţiuni înainte ca partenerul tău s-o ia înainte şi s-o îndeplinească.

Dacă eşti ultimul născut, înţelege că cel mai important lucru este să gândeşti şi să evaluezi înainte de a face ceva ce în mod obişnuit faci spontan. Ţi-ar prinde bine puţină disciplină şi un plan de acţiune.

SOACRA TA A FOST O...

Mamă sufocantă?

- I-a fost frică de faptul că băieţelul ei se va răni?
- L-a scuzat? A denaturat adevărul pentru a-i salva reputaţia?
- I-a permis să greşească – sau i-a cerut să fie perfect?

Mamă care disciplinează?

- Nu a făcut nimic pentru el din ce putea să facă el?
- I-a creat o imagine reală cu privire la sine însuşi?
- L-a disciplinat când era cazul, sau a spus: „Aşteaptă până vine tatăl tău acasă!"?

CUM SĂ LUPŢI ÎMPOTRIVA „CELEILALTE FEMEI"

Cealaltă femeie – mama soţului tău – va rămâne în continuare printre voi. Indiferent ce părere ai despre ea, ea l-a influenţat foarte mult pe soţul tău. Dacă înţelegi cum anume a făcut-o, îţi vei înţelege mai bine soţul.

Mama sufocantă

Dacă, fiind tânăr, soţului tău i-a fost impus de către mama lui un standard la care nu s-a ridicat niciodată, el va reacţiona exploziv la corectările tale. S-ar putea să crezi că este un lucru minor să subliniezi că oglinda pe care a atârnat-o în cui stă puţin într-o parte, dar ce aude el de fapt?

„Ai stricat totul! Eşti un ratat! Nu poţi face nimic cum trebuie?"

Ştiu că nu vrei să dai această impresie, dar datorită modului în care a fost crescut, soţul tău aude aceste cuvinte. Eşti femeie şi chiar acum vorbeşti ca mama lui, care i-a ţinut discursuri ani de zile. Nu e de mirare că reacţionează înţepenindu-şi spatele, bosumflându-se, încruntându-se mânios sau devenind tăcut.

În mintea unui bărbat nu există grade de succes – ori ai, ori nu ai succes. Dar iată două modalităţi grozave prin care îi poţi aduce soţului tău unele îmbunătăţiri, fără a-i atinge senzorii valorii de sine bazate pe performanţă. Ele nu vor avea efect peste noapte, dar merită să fie încercate:

1. Laudă-ţi soţul nu doar pentru ceea ce face, dar şi pentru ceea ce este – chiar de faţă cu el! Lasă-l să ştie că îi apreciezi trăsăturile de caracter pe care mama lui nu le-a identificat şi că, în ciuda unor greşeli de-ale lui, eşti încântată de el. Va trebui să fii consecventă şi perseverentă, deoarece încerci să învingi 18 ani sau mai mulţi în care a fost instruit într-un mod negativ.

2. Adaugă puţin „zahăr" la corecţiile pe care i le faci. De exemplu, ai putea spune: „Este grozav, iubitule. Ai pus oglinda exact unde doresc. E aşa frumos din partea ta că ai făcut aceasta. Mă întreb, totuşi, dacă nu e puţin într-o parte? Crezi că e, sau doar mi se pare mie?"

LAUDĂ-ŢI SOŢUL – CHIAR DE FAŢĂ CU EL!

Mama care nu a disciplinat

Dacă mama soţului tău a renunţat la disciplină şi a spus: „Aşteaptă să vină tatăl tău acasă", ori de câte ori fiul ei a făcut ceva rău şi nerespectuos, ai de făcut faţă unei provocări. S-ar putea ca soţul

tău să-ţi trateze cererile ca negociabile, mai degrabă ca ceva ce ar trebui luat în serios.

Când îi reaminteşti că trebuie să ridice ceva bani de la bancă după ce iese de la muncă, dacă doreşte să meargă la un film cu prietenii, iar el îţi spune supărat: „Da, ştiu", nu-l ierta aşa uşor când vine acasă fără bani – chiar dacă ai ceva bani într-o ascunzătoare secretă pentru urgenţe.

Dacă se plânge că a întârziat la întâlnirea cu prietenii, nu-l salva. Nu permite ca problema lui să devină problema ta. Nu accepta iresponsabilitatea lui ca fiind responsabilitatea ta.

Nu da telefoane pentru a-i reprograma întâlnirile. Dacă este întâlnirea lui şi nu reuşeşte să ajungă, el trebuie să fie cel care o reprogramează.

Dacă uită să-şi aducă banii acasă două săptămâni la rând, în dimineaţa următoare serveşte-l cu un castron de cereale fără lapte la micul dejun. Când întreabă: „Unde e laptele?", îi poţi spune calmă: „Nu mai este lapte. Nu am putut merge la alimentară ieri, pentru că avem foarte puţini bani. Dacă îţi aduci salariul acasă, voi putea să merg la alimentară mâine în timp ce tu ai grijă de copii."

Păstrează-ţi tonul vocii scăzut şi neacuzator. Pur şi simplu arată care sunt consecinţele lipsei lui de atenţie.

S-ar putea ca aceasta să se întâmple de câteva ori, dar după o vreme va prinde ideea că tu nu eşti mama lui şi că nu îi vei prelua responsabilităţile pe care el le neglijează.

Mama conducătoare

Te întrebi de ce soţul tău nu poate încetini ritmul? De ce trebuie să facă ceva tot timpul, să tot lucreze şi chiar să joace din greu de parcă ar lucra? Dă-mi voie să-ţi dau un indiciu. Sunt şanse mari ca mama lui să-l fi ţinut ocupat, ocupat, ocupat. Cu toate că acest stil de viaţă este, de asemenea, adevărat în cazul multor femei tinere, în mod natural părinţii îşi conduc fiii puţin mai ferm şi adesea îţi ţin puţin mai ocupaţi. Poate din cauză că, în subconştientul lor, speră că faptul că îl ţin pe un băiat ocupat îl va păzi de probleme.

Dacă soţul tău s-a născut cu o personalitate de tip A şi a fost

programat pentru a conduce, voi fi sincer cu tine. Te vei confrunta întreaga viaţă cu lupta de a-l face să încetinească. Ceea ce *poţi* realiza, totuşi, este să-l încetineşti treptat.

Totuşi, responsabilitatea pentru o astfel de schimbare a vieţii va cădea asupra ta, deoarece, în ecuaţia maritală, tu eşti cea mai relaţională. Şi pentru a menţine o căsnicie sănătoasă şi fericită e nevoie de muncă susţinută. Iată ce vreau să spun.

PENTRU A MENŢINE O CĂSNICIE SĂNĂTOASĂ ŞI FERICITĂ E NEVOIE DE MUNCĂ SUSŢINUTĂ.

În decembrie, un editor era în vizită la noi. Kevin, fiul nostru, era acasă, iar Krissy şi soţul ei, Dennis, erau şi ei în trecere. Era o reuniune mare, fericită, a familiei Leman. După ce a văzut cât erau de apropiaţi copiii noştri şi cât de mult se bucurau să fie împreună, editorul m-a întrebat: „Cum creşti o familie ca a voastră?"

„Ce vrei să spui?", l-am întrebat.

„Cum zideşti un cămin în care toţi vor să fie împreună?"

„Totul se rezumă la legătura dintre noi", am răspuns eu. „Familia Leman nu a fost niciodată foarte bună la activităţi extrafamiliale. Dacă copiii noştri s-ar fi împrăştiat în trei direcţii diferite cinci sau şase seri pe săptămână, nu am fi avut timp să ne unim ca familie. Dar deoarece ne-am limitat serios activităţile exterioare, am petrecut – şi încă petrecem – mult timp împreună, de aceea membrii familiei noastre doresc să fie azi împreună. Ne *plăcem* cu adevărat unii pe alţii."

Fie că ai copii, fie că nu, principiul este acelaşi. Câte seri petreci alergând la diferite activităţi? Câte seri eşti plecat departe de acasă? Departe de soţul tău şi de alţi membri ai familiei?

Dacă soţul tău a crescut cu o mamă conducătoare, trebuie să-l salvezi de el însuşi. El va lucra mereu până la epuizare (şi tu de asemenea), dacă îi permiţi. El are nevoie ca tu să-l opreşti, să-i redirecţionezi energia şi să-l ţii suficient de focalizat pentru a se putea concentra asupra lucrurilor care contează cu adevărat în viaţă.

Cum ar fi relaţia voastră.

Nu poţi concura cu creşterea unei mame, dar poţi aduce unele schimbări.

Şi, când vei alege să faci astfel, îţi garantez un lucru. Da, vei avea lupte pe termen scurt. Dar rezultatul pe termen lung va fi o viaţă de familie mai fericită, mai sănătoasă – şi parteneri mai împliniţi.

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

AL TREILEA LUCRU
PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

„Am o sufragerie purpurie şi nu-mi pasă deloc!"

De ce locuinţa unui bărbat nu este cu adevărat castelul lui şi de ce ai tendinţa de a-ţi transforma soţul într-o prietenă.

• • •

Este adevărat. Am o sufragerie purpurie şi nu-mi pasă deloc! Şi când spun purpurie, vreau să spun cu adevărat purpurie. Chiar şi pereţii sunt purpurii. La început, când soţia mea mi-a spus că va fi vopsită în purpuriu, am ridicat din sprâncene. Dar acum m-am obişnuit cu ea.

Este o încăpere foarte frumoasă. Dacă intri în casa noastră, poţi spune că soţia mea este una din acele doamne cărora le place să se uite prin revistele cu decorări interioare (are un teanc incredibil aproape de pat), deoarece, atunci când ne-am construit casa, a venit cu o mulţime de idei originale.

Trebuie să intri pe sub o arcadă pentru a ajunge în sufrageria noastră unică, cu opt laturi. Are podele din lemn de esenţă tare (nu de genul celor care se montează într-o seară) şi o fereastră arcuită de doi metri şi jumătate, prin care se vede pârâul care ne înconjoară casa.

Încăperea este decorată minunat în stilul „antic", aşa cum l-ar numi Sande. Masa veche este confecţionată din stejar, având modele frumoase de frunze. Chiar acum, în timp ce trec prin arcadă în cameră, văd opt scaune în jurul mesei (numărul lor se schimbă zilnic în funcţie de ce fac copiii noştri şi de vizitatori), dar

sunt alte şase scaune în cameră. Un candelabru vechi cu una din ghirlandele făcute de Sande atârnă de tavan deasupra mesei, iar mai multe aplice luminează pereţii. În total, sunt 34 de becuri în cameră (odată le-am numărat ca să mă amuz). Două vitrine cu oglinzi pentru obiecte de porţelan expun minunat comorile eclectice ale lui Sande.

Este genul de încăpere în care fiecare femeie care intră se opreşte, se uită în jur cu uimire şi exclamă: „O, este atât de frumoasă!"

Asta e soţia mea. Are un talent înnăscut pentru a face lucrurile frumoase. Este darul ei.

Dar ştii, mie nu mi-ar păsa dacă încăperea ar fi portocalie. Dacă mi-ar spune la cină că va vopsi uşa de la intrare într-o combinaţie de purpuriu, roz şi roşu, şi i-ar da o tentă de hambar, s-ar putea să-mi dau peste cap ochii puţin şi să mă gândesc: *Iar începe.* Dar nu m-ar interesa prea mult.

Gândirea mea cu privire la uşă merge doar până la: *Va împiedica ploaia şi zăpadă să intre în casă? Bine. Atunci este funcţională.*

Când e vorba de asta, culoarea sufrageriei mele sau a uşii nu este ceea ce mă interesează cel mai mult. Îmi pasă cât de comod îmi este patul, cât de mare este cada (şi dacă are jacuzzi ca să-mi alunge stresul la sfârşitul unei zile epuizante); îmi pasă de maşina mea, de câinele meu, Rosie, şi de contul de la bancă. Ceea ce fac în fiecare zi depinde de ceea ce îmi vine prin fax de la asistenta mea, Debbie. Ea este cea care îmi spune ce voi face astăzi, mâine şi săptămâna viitoare – ce termene limită şi ce interviuri am.

Aşadar, de ce să-mi pese dacă mă aflu într-o sufragerie purpurie sau portocalie?

Vedeţi, circulă o mare minciună. Ea spune cu îndrăzneală: „Locuinţa unui bărbat este castelul lui."

O, nu, nu este. Este castelul femeii. Bărbatul doar locuieşte acolo. De ce să nu spunem adevărul?

DE CE LOCUINŢA UNUI BĂRBAT NU ESTE CASTELUL LUI

1. Singura lui proprietate reală este garajul.
2. Toate lucrurile pe care le-a cumpărat el pentru casă ajung cumva *destul de repede* în garaj.

3. El nu petrece mult timp în interiorul castelului, deoarece îi este frică să stea în scaunele „doar pentru decor".
4. Principala lui responsabilitate la castel este să taie iarba şi să îndepărteze murdăria lăsată de câine.
5. Nici măcar nu ştie care este culoarea mov şi chiar dacă ar şti, oricum este daltonist, când vine vorba de culori.

CHIAR ŞI NOE A FOST CICĂLIT

În timpul verii locuiesc pe dealurile din vestul oraşului New York. Unul din obiceiurile mele zilnice este de a-i asculta pe John şi Denny, doi DJ talentaţi care aduc viaţă staţiei de radio Family Life Network prin descrierea de scene amuzante bazate pe Biblie. Ei iau tot felul de povestiri biblice şi le prezintă într-un mod încântător, dar una mi-a atras atenţia în mod deosebit.

Vorbeau despre Noe, bărbatul din Vechiul Testament care a construit o arcă. A făcut aceasta deoarece Dumnezeu i-a spus că urmează un potop uriaş care va şterge totul de pe pământ. Dar pentru că Noe era un om neprihănit, Dumnezeu dorea să-i dea şansa de a se salva pe el însuşi... şi familia lui.

Bietul Noe. Zi de zi a muncit construindu-şi arca. A avut o perioadă grea. Era epuizat datorită transportului, tăierii şi îmbinării lemnului. Batjocoritorii îi făceau viaţa şi mai grea. În fiecare zi veneau şi îi urmăreau progresul. Dădeau din cap, îşi frecau barba şi râdeau. „E nebun!", spuneau ei, făcând cu degetele semnul ratatului.

Într-o zi, când răbdătorul Noe aproape a terminat cu toţi împotrivitorii, a apărut nevastă-sa la locul unde muncea. „Hei, tu, cel de sus!", a strigat ea în sus de la picioarele pasarelei. „Noe, ce culoare crezi că ar trebui să aibă perdelele? Să fie albastru marin, ca să se asorteze cu culoarea oceanului? Sau poate galben, să se potrivească cu culoarea soarelui? Ce crezi?"

Abia şi-a ridicat ochii de la munca lui. Tot ce a răspuns, a fost: „Iubito, orice culoare doreşti, va fi în regulă."

Şi s-a întors la munca de construire a corăbiei.

Ea a insistat. De această dată, a urcat (o, nu, mai corect ar fi *a mers cu paşi apăsaţi*) pe pasarelă. Trupul ei umbrea soarele, aşa că Noe nu mai vedea să lucreze.

Stătea cu mâinile în şolduri, poziţie despre care Noe ştia că exprimă exasperarea. „Ei bine", a spus ea, „ce culoare ai de gând să dai uşii? Dacă nu ştiu în ce culoare vei vopsi uşa, nu pot şti ce culoare să aleg pentru perdele."

Tot ce a spus bietul Noe a fost: „Iubito, orice culoare doreşti, va fi în regulă."

În timp ce ascultam, aproape că am oprit pe dreapta, atât de tare râdeam. Iată-l pe bietul Noe, încercând să se salveze pe el şi familia lui de la înec, atunci când va veni potopul uriaş promis de Dumnezeu. Şi ce era în mintea soţiei lui? Să asorteze culorile!

Mă pot identifica cu Noe. În special de când Sande şi cu mine a trebuit să ne construim casa, în urmă cu câţiva ani. Dumnezeu mi-e martor că nu m-am uitat niciodată la schiţele casei după ce a fost proiectată. Când Sande m-a întrebat ce doresc, i-am spus: „Vreau o cadă mare şi un dormitor mare. Dacă îmi dai astea, voi fi fericit cu orice altceva."

Ştiu că există bărbaţi care s-ar putea să dorească să se implice în decorarea fiecărui cotlon al casei. De fapt, cunosc un astfel de cuplu. Ea este o mamă casnică cu patru copii care se ocupă de toate finanţele, de serviciile telefonice şi tunde gazonul. El este cel care alege tapetul, face lămpi din sticlă colorată din depozitele de la subsoluri, şi recent a proiectat un dormitor stil „junglă" pentru fiul lui. Dar asta are sens – e designer!

Totuşi, pentru majoritatea bărbaţilor, culorile unei perdele şi pereţii sufrageriei nu contează prea mult. Un bărbat i-a spus soţiei lui: „Nu-mi pasă ce culoare alegi pentru dormitorul nostru – atâta vreme cât nu e roz." Ce credeţi că a ales soţia lui, o femeie de genul „roz şi dantelă"? Nuanţe de mov şi de rozé ca vinul. Bărbatul ei a fost mulţumit pentru că nu a fost nuanţa pe care o ura – roz. Niciodată nu i-a trecut prin minte să se gândească: Hei, movul şi rozé ca vinul nu sunt şi ele nuanţe de roz?

Dacă Sande ar schimba nuanţa de purpuriu a pereţilor sufrageriei noastre sau i-ar zugrăvi într-o culoare total diferită, poate că mi-ar lua săptămâni să observ schimbarea, dacă nu ar alege să mă ilumineze la cină cu privire la aceasta. Totuşi, aş

observa imediat dacă ar muta telecomanda cu zece centimetri spre stânga!

Pot enunţa regula principală a bărbatului cu privire la decorare?

„Dacă vă face pe voi fericite, şi pe noi ne face."

Majoritatea bărbaţilor nu au nicio idee care sunt „culorile de bază" sau cum să le folosească.

Totuşi, voi, doamnelor, insistaţi să ne implicaţi în procesul de decorare. Spuneţi că doriţi să aflaţi opinia noastră cu privire la modul în care ar trebui să arate casa. Dar să nu ne credeţi proşti. Vă putem spune că deja aţi ales toate detaliile.

S-o spun din nou? Multe căsnicii ar fi într-o stare mai bună dacă voi femeile aţi înţelege principiul: „Dacă *tu* eşti mulţumită, atunci şi *eu* sunt mulţumit."

„DACĂ *TU* EŞTI MULŢUMITĂ, ATUNCI ŞI *EU* SUNT MULŢUMIT."

Chiar acum, în timp ce scriu aceste rânduri, Sande vorbeşte la telefon în sufrageria noastră purpurie. A sunat un specialist în amenajarea grădinilor, pentru a vedea dacă ne pot planta câteva flori şi câţiva arbuşti în jurul casei.

Văd o uşoară încruntare pe faţa ei; apoi întreabă: „Ei bine, aveţi pe cineva care este priceput ca designer?

Pot pune pariu că tipul cu care vorbeşte la telefon îi spune: „Credeam că doriţi doar să vă plantăm câteva flori şi câţiva arbuşti. Ce înţelegeţi prin „designer"?

Dau din cap. Noi locuim în Tucson – un loc foarte cald, uscat. Toată lumea ştie că aici nu creşte nimic. Cei mai mulţi oameni au renunţat să mai planteze ceva. Dar nu şi soţia mea. În fiecare an Sande insistă să plantăm arbuşti... şi aceştia se usucă datorită căldurii excesive de la sfârşitul primăverii şi începutul toamnei.

Pentru ca lucrurile să fie şi mai sumbre, în timpul iernii în casa noastră este mai rece cu cinci grade decât este doar la o milă mai sus pe stradă. Nu sunt condiţii prea grozave pentru ca florile şi arbuştii să arate bine.

Dar iată ce mi se pare mai amuzant. Sande cere să i se trimită

un designer când gropile sunt deja acolo. *Aşadar*, gândesc eu cu mintea mea de bărbat, *ce anume e de amenajat? Doar aduci arbuştii şi îi arunci în gropi. Pare destul de simplu. De ce ai nevoie de un designer pentru asta? Ai nevoie doar de un tip cu roabă şi ceva muşchi!*

Totuşi, ştiu că soţia mea va reuşi. Va găsi cumva un „designer" care o va ajuta să asorteze arbuştii. Şi când acesta va veni la noi acasă, ea va fi prezentă pentru a ajuta la procesul de asortare. La urma urmei, sunt convins din experienţa de acasă că Sande este mai talentată ca mulţi designeri care îşi câştigă traiul din această meserie.

Partea cumpătată din mine (un mod frumos de a spune: „Leman, eşti zgârcit!") tresare. Înţeleg că aceşti arbuşti, din nou, vor arăta frumos pentru câteva luni. Apoi se vor usca şi vor muri. La fel ca cei de anul trecut... şi din anul dinainte... şi din anul dinainte.

DAR PENTRU CĂ ÎMI IUBESC SOŢIA, AM DECIS SĂ NU FAC DIN ŢÂNŢAR ARMĂSAR.

Pentru a simplifica lucrurile, recunosc slăbiciunile soţiei mele şi trăiesc cu ele, deoarece am şi eu câteva. Şi înţeleg că, pentru ea, a face ca locuinţa noastră să arate bine este o prioritate. Aşa că, chiar dacă nu constituie o prioritate pentru mine, sunt mulţumit când plantarea arbuştilor în fiecare an o face fericită.

„Dacă *tu* eşti mulţumită, atunci şi *eu* sunt mulţumit" este o regulă simplă care se potriveşte în mai multe situaţii decât doar la decorarea casei.

Boala dărniciei

Şi lui Sande, şi mie, ne place să dăruim. Dar modul în care o facem este foarte diferit.

La un Crăciun am muncit la distribuirea pomilor de Crăciun. Am privit cum cupluri şi familii întregi au venit să-şi aleagă brazii şi cum au plecat cu „bradul perfect" în portbagaj. Apoi au venit un tată cu băieţelul său. S-au plimbat prin tot lotul, dar am observat că băiatul de şapte ani se tot întorcea la un anumit brad. Era cel

mai scump brad din tot lotul. Am văzut privirea descurajatoare de pe faţa tatălui în timp ce mergea abătut încă o dată după fiul lui şi îi spunea în spaniolă: „Fiule, nu ne putem permite să-l luăm pe acesta. Costă prea mult."

Fiul era hotărât. A rămas unde era, chiar lângă brad şi a răspuns în engleză tatălui: „Cât de mult costă?"

Am păşit în faţă. „Ei bine, eşti norocos", i-am spus pe un ton jovial. „Acest brad costă doar un dolar. Am încercat să ne scăpăm de el toată săptămâna!"

Am luat dolarul tatălui şi apoi am mers la casier şi i-am plătit diferenţa. *La urma urmei, dacă nu pot face aşa ceva din când în când,* m-am gândit eu, *înseamnă că ceva nu e în regulă cu mine.*

Aşa cum a spus Isus: „Fără plată aţi primit, fără plată să daţi"[1] şi „Daţi, şi vi se va da; ba încă, vi se va turna în sân o măsură bună, îndesată, clătinată, care se va vărsa pe deasupra. Căci cu ce măsură veţi măsura, cu aceea vi se va măsura."[2]

Dar soţia mea, Sande, are o formă gravă a bolii dărniciei. Ceea ce inima mea a fost mişcată să facă la parcul de brazi nu înseamnă nimic în opinia ei. Întreaga ei viaţă urmează proverbul: „Cel neprihănit dă fără zgârcenie."[3]

> Cea mai bună relaţie este unirea dintre doi oameni foarte diferiţi care se apreciază mult unul pe celălalt.
>
> – Autor necunoscut

Sande a avut un magazin de antichităţi ieftine numit Shabby Hattie. Oamenilor le plăcea acel magazin. Mirosea a levănţică şi clienţii puteau să cumpere levănţică cu lingura... după moda veche. Când împacheta un cadou pentru cineva, ea îl împacheta atât de frumos încât persoana nici nu mai voia să-l deschidă. Fiecare pachet primea o lingură de levănţică, hârtie creponată şi o fundă deasupra... toate pe gratis. Şi fiecare persoană care intra în magazinul ei primea un dar – un pix argintiu drăguţ – fie că cumpăra ceva, fie că nu.

Într-o zi, în timp ce aşteptam s-o iau pe Sande, după ce am văzut mai multe pixuri care au ieşit pe uşă odată cu clienţii, am fost destul de curajos să o întreb: „Sande, cât de mult costă aceste pixuri?"

„O, nu costă mult", a spus ea şi a turnat o lingură de levănţică în pachetul pe care îl făcea.

Mi-am urmărit ţelul. „Iubito, *cât* de mult?"

„Ţi-am spus că nu costă mult", a răspuns ea cu puţină iritare.

Ei bine, acum *vorbeam* ca un bărbat şi Sande a ghicit – în mod corect – că eram interesat de această discuţie.

În cele din urmă am reuşit să scot de la ea că un pix costa 15 dolari.

Cincisprezece dolari!? Inima mea a început să bată cu putere.

A fost unul din acele momente când m-am întrebat: *Nu te poţi opri puţin din a împărţi averea familiei?*

Apoi a mai fost momentul când Sande a mers la biserică la o întâlnire dată în beneficiul unei femei care urma să nască. O femeie tânără a rămas însărcinată şi nu beneficia de ajutorul unui soţ. Aşa că Sande a cumpărat câteva haine pentru copilaş şi a participat la eveniment.

Când a ajuns acasă, mi-a spus: „Leemie, aş mai vrea să trimit câteva sute de dolari acestei femei. Are cu adevărat nevoie de ei."

Din nou, mi-am ţinut în frâu natura zgârcită. „E în regulă, scumpo. Ai consimţământul meu", am spus.

De ce nu m-am înfuriat? De ce nu i-am ţinut o predică despre cum am putea folosi acei bani pentru altceva? De ce i-am spus că sunt de acord? Pentru că *aşa este soţia mea.* Este una dintre puţinele persoane din lume care are darul dărniciei.

De asemenea, Sande are darul fantastic de a face pe cineva să se simtă cea mai importantă persoană din lume. Aş vrea să am şi eu acest dar, însă nu-l am. Ea este cu adevărat unică.

Şi eu, dintre toţi oamenii, am beneficiat cel mai mult de acest dar. Există un motiv pentru care Kevin, copilul unei familii care a falimentat în multe domenii şi care avea nevoie să se simtă important, trebuia să se căsătorească cu o femeie de o valoare şi de un caracter ca al lui Sande. Dumnezeu a ştiut exact de ce aveam nevoie şi a trimis spre mine această femeie preţioasă.

Aşadar, cine sunt eu să spun acum, după atâţia ani de căsătorie, că ea nu are voie să dăruiască altora aşa cum o îndeamnă Dumnezeu? Că ea nu are voie să dăruiască decât puţin şi nu din abundenţă? Dacă nu i-aş fi permis şi nu aş fi sprijinit-o, aş fi împiedicat-o să devină femeia pe care a creat-o Dumnezeu să fie.

CHESTIONAR

Dacă el face curăţenie în toată casa şi se oferă să te ducă la supermarket să-ţi cumperi câteva haine, înseamnă că:

A. tocmai şi-a cumpărat un nou set de crose de golf foarte scump.
B. te înşeală.
C. şi-a dat seama în această dimineaţă că ziua ta de naştere a fost în februarie şi nu în mai.
D. crede că ai nevoie să te aranjezi puţin.
E. speră să-l faci fericit deseară.

Pentru răspunsurile corecte, vezi pagina 230.

UN MIC SECRET CU PRIVIRE LA VOI, FEMEILE

Iată un mic secret cu privire la voi, femeile. Oamenii şi relaţiile ocupă locul cel mai important pe scara valorilor unei femei. Totul se rezumă la cele mai importante trei nevoi ale voastre:

1. afecţiune
2. comunicare onestă, deschisă
3. dedicare faţă de familie

O femeie se defineşte ca parte a familiei. Dacă familia nu funcţionează bine, ea se simte ca o ratată. Dacă casa ei este în dezordine, se simte ca o ratată. Dacă un prieten e supărat pe ea, se simte ca o ratată. Dacă soţul ei nu o însoţeşte la un eveniment social, se simte incompletă, deoarece el nu vrea să împartă acea experienţă cu ea.

Să spunem că soţul tău a venit târziu de la muncă trei seri la rând. Care este prima ta reacţie? În loc să-i spui ceea ce i-am spune noi, bărbaţii: „Da, lucrează la un proiect important şi urmează să-l finalizeze", care este prima ta reacţie? *Poate că e supărat pe mine. Ce am făcut de nu vrea să vină acasă decât atât de târziu?*

OAMENII ŞI RELAŢIILE OCUPĂ LOCUL CEL MAI IMPORTANT PE SCARA VALORILOR UNEI FEMEI.

B.C.U. „M. EMINESCU" IAŞI

Să spunem că tocmai ai avut una din acele săptămâni nebune în care ai petrecut ore suplimentare lucrând la magazinul tău de cuverturi, unul dintre copii a făcut oreion, iar frigiderul s-a stricat. La sfârşitul săptămânii stai cu mâinile în şolduri şi te uiţi la bucătăria, la camera de zi şi la sufrageria care sunt întoarse pe dos. Ce am spune noi bărbaţii dacă am vedea aşa ceva? „Ei bine, este puţină mizerie, dar gândeşte-te ce săptămână ai avut. Când mai aveai timp şi de curăţenie?"

Care este prima ta reacţie? *Nu-mi vine să cred că am lăsat ca lucrurile să ajungă atât de rău. Ce mizerie! Pur şi simplu nu pot să le fac pe toate! Ce e în neregulă cu mine? Cum poate Sue să se descurce cu cei patru copii şi să şi lucreze cu normă întreagă? Eu lucrez doar cu jumătate de normă!*

Să spunem că soţul tău se îmbolnăveşte de gripă chiar înainte de marea petrecere de strângere de fonduri, aşa că nu poate merge cu tine. Ce îţi va spune el? „Îmi pare rău, dragă. Gripa şi-a ales un moment nepotrivit, nu?" (Dar înăuntrul lui se gândeşte: *Aleluia! Dacă trebuia să mă îmbolnăvesc de gripă, acesta este un moment potrivit. Urăsc petrecerile de strângeri de fonduri.)*

Care este răspunsul tău? „O, iubitule, nu-mi vine să cred că eşti atât de bolnav! Ar trebui să merg sau să stau acasă cu tine? Nu va fi la fel de bine fără tine alături de mine."

UN MIC SECRET CU PRIVIRE LA NOI, BĂRBAŢII

Iată un mic secret cu privire la noi, bărbaţii. Pe scara de valori a unui bărbat lucrurile sunt cele mai importante. Totul se rezumă la cele mai importante trei nevoi ale lui:

1. să fie respectat
2. să vadă că ai nevoie de el
3. să fie împlinit

Un bărbat se defineşte *separat de relaţii* şi se identifică cu lucruri. De aceea, sporturile sunt importante pentru el şi competiţia este importantă pentru el. De aceea vezi atât de mulţi tipi care conduc camionete cu imaginea unei arme mari de foc în spate. (Căci

pentru bărbaţi, aduceţi-vă aminte, nu doar lucrurile contează, dar şi *mărimea* lor.) De aceea el va evita evenimentele sociale şi-ţi va spune: „Mergi tu. Eu voi sta acasă şi voi lucra în garaj."

Dar ce cred cele mai multe femei despre acest răspuns? *O, el nu vorbeşte serios. Dacă îl voi face să vină, se va bucura de eveniment.* (Mai multe despre acest fenomen, în capitolul 6). De ce răspundeţi în acest mod? Pentru că femeile au nevoie ca bărbaţii să fie prezenţi pentru a avea parte de o fericire deplină. Pe de altă parte, cei mai mulţi bărbaţi ar prefera să fie altundeva.

Ron şi-a reprogramat odată întreaga călătorie de afaceri ca să poată fi acasă într-o vineri seara când soţia lui şi-a invitat câţiva vecini la cină. Totuşi, pe la sfârşitul serii a fost nedumerit de ce era atât de important să participe şi el. Şi-a petrecut întreaga seara spălând vasele în bucătărie, întrebându-se: *De ce m-am deranjat să-mi reprogramez călătoria?* La sfârşitul serii, soţia lui i-a zis: „A fost aşa de minunat să fii aici." Ea nici nu l-a văzut, dar *ştia* că el este acolo. Şi aceasta a schimbat total lucrurile pentru ea. Din perspectiva ei, succesul acelei cine depindea de faptul că el va fi sau nu părtaş acelei experienţe *împreună cu ea.*

Aşadar, să fim sinceri. Datorită diferenţelor enorme dintre nevoile unei femei şi ale unui bărbat, o femeie se defineşte pe sine în jurul unui bărbat, dar un bărbat nu se defineşte pe sine în jurul unei femei. Dacă nu înţelegi aceste diferenţe importante, sentimentele tale vor fi rănite în continuare. Dacă el spune: *Nu, mulţumesc!* unei invitaţii la un eveniment social sau nu apare la timp ca să mergeţi la ceva cu care a fost de acord, te vei gândi: *Nu are nevoie de mine! Nu mă iubeşte! Am falimentat ca soţie!*

Se întâmplă ca în cazul lui Todd, un tip pe care îl cunoaştem, care tocmai revenise de o zi din luna de miere. După muncă s-a dus acasă şi s-a aşezat să se uite la televizor. O oră mai târziu a apărut mama lui, s-a uitat încruntată şi a spus: „Nu ar trebui să fii acasă, cu Melissa?"

Todd uitase că s-a căsătorit şi s-a dus spre „cealaltă casă." Casa *părinţilor* lui. Când a intrat pe uşa apartamentului lor cu o singură cameră, faţa miresei lui era deja brăzdată de lacrimi, „prima lor cină împreună" pe care o pregătise cu atâta dragoste era compromisă, iar el şi-a petrecut restul serii încercând să-şi compenseze neatenţia.

„Nu mă iubeşti?", a întrebat ea, suspinând.

„Desigur că te iubesc", a spus el, îmbrăţişând-o.

„Atunci cum ai putut uita să vii acasă la mine?"

Cum putea să-i spună că uitase deoarece era bărbat, avea o minte care se concentrează asupra unui singur lucru şi că aceasta nu se îndreptase spre iubita lui mireasă imediat după ce a terminat munca? Că tocmai făcuse ceea ce i-a venit să facă în mod firesc? Că făcuse acest lucru ani de zile înainte de a se căsători?

CE NU-L VEI AUZI NICIODATĂ SPUNÂND PE UN BĂRBAT

„Ştii ce îmi place cel mai mult la soţia mea? Este o tipă robustă şi îţi poate aplica o lovitură puternică de karate."

CE N-O VEI AUZI NICIODATĂ SPUNÂND PE O FEMEIE

„Ştii ce îmi place cel mai mult la soţul meu? Este incredibil de efeminat."

EL NU ESTE PRIETENA TA

Poate fi iritant să ai de-a face cu cineva care este atât de diferit de tine. Dar te-ai căsătorit cu un bărbat – sau cu o prietenă?

Oricât de ciudat ar părea, multe femei îşi petrec căsnicia încercând să-şi transforme soţul într-o prietenă. Genul de persoană cu care să poată merge la cumpărături, să poată bea cafeaua, să poată flecări, să poată împărtăşi fiecare detaliu al zilei şi fiecare emoţie, cu care să se bucure de filme romantice sau de arte frumoase... şi lista poate continua.

Dar oricât de frumos sună aceasta la început, chiar îţi doreşti acest lucru? Un bărbat „fetişcană"? Unul care chicoteşte cu tine despre ultimele tendinţe în modă? Care oftează la vederea unei perechi de pantofi albi cu cataramă largă de diamante false? Care simte cu tine până la punctul dezgustului cu privire la ce a spus o colegă de muncă şi la felul în care ţi-a rănit sentimentele?

Sunt câteva lucruri pe care fetele trebuie să le împărtăşească cu fetele şi băieţii cu băieţii. Doar pentru că îţi place un lucru nu înseamnă că trebuie să-l faci cu soţul tău.

De exemplu, sunt câteva filme care îmi plac. Aşadar, îi spun lui Sande: „Du-te cu prietena ta, Teri, şi petreceţi un timp plăcut".

Apoi, împreună cu amicul meu Moonhead ne facem nevăzuţi şi facem ceva ce ne place. Cum ar fi să mergem la întrecerile de maşini şi să inhalăm gaze de eşapament. Ceva ce lui Sande nu i-ar plăcea *niciodată*. De fapt, ea s-ar îngrozi de gazele toxice pe care le absorbim în noi şi ar fi năucită de tot zgomotul de acolo. Nu ar figura pe lista plăcerilor ei.

Dacă vrei să vezi un film romantic, ia-ţi prietenele şi mergeţi să-l vedeţi. Lasă-i pe băieţi să vadă cel mai recent film dur împreună. Sau acordă-i soţului tău darul de a rămâne acasă.

Totul se rezumă la a permite celuilalt să fie persoana pe care a creat-o Dumnezeu. Faptul că sunteţi una nu înseamnă că unicitatea voastră dispare. Nu înseamnă că v-aţi amestecat într-o unitate plictisitoare în care nu veţi avea niciodată păreri diferite şi că interesele tale devin interesele lui şi invers. Sande a mea se implică în conversaţii, este o soţie dulce şi o gazdă deosebită. Dar are şi ea sensibilităţile ei. Îi place să fie scărpinată pe spate în formă de S. Ideea ei despre a-şi face bagaje puţine pentru o călătorie este să aibă *un* geamantan doar cu pantofi.

> Lasă să existe puţin spaţiu în relaţia voastră.
>
> – Ralph Canslor

Dar ea e femeia pe care mi-a dat-o Dumnezeu şi nu aş schimba-o cu nimeni altcineva. Chiar cu toate capriciile ei, n-aş vrea să fie ca prietenul meu Moonhead. *Îmi place* cu adevărat prietenul meu Moonhead, dar sunt sigur că nu aş vrea să fiu căsătorit cu el!

Îmi plac surprizele – misterul – prezenţei feminine. Şi fiecărui bărbat îi place. Chiar dacă aceasta înseamnă o sufragerie purpurie.

Dar nu mă veţi găsi pe mine, ca bărbat, dându-mi toate silinţele să păstrez sufrageria purpurie într-o formă excelentă din toate punctele de vedere.

Apoi, iat-o pe Sande, regina castelului. Săptămâna trecută, într-o seară, am întins mâna în pat s-o ating şi nu era acolo. *Ciudat*, m-am gândit, trezindu-mă pe deplin.

Am privit cu coada ochiului la ceas. *1:45 a.m.* Ce se întâmplase? Unde era iubita mea soţie?

M-am târât jos din pat, am ascultat cu atenţie orice zgomot, am căutat să văd dacă e aprinsă vreo lumină şi am găsit semne de

activitate în sufragerie. Am găsit-o acolo, stând pe un scaun, curăţând meticuloasă şi decorând candelabrul cu o ghirlandă de flori!

Ca bărbat, îmi place ca locuinţa noastră să arate frumos. Apreciez profund tot ce face Sande. Dar nu mă vei găsi *niciodată* la ora 1:45 curăţând praful şi decorând un candelabru... sau nimic altceva care să aibă a face cu treburile gospodăriei. Singurii care erau treji în toată zona era ratonii şi soţia mea.

Bărbatul: „Eu sunt cocoşul şi eu conduc coteţul."
Prietenul lui: Da, dar ea conduce cocoşul."

Evident, există diferenţe între bărbaţi şi femei. Diferenţe în ce privesc priorităţile. Le observ în fiecare zi între Sande şi mine. Iar voi le observaţi în fiecare zi între voi şi bărbaţii voştri.

Dar aceste diferenţe fac viaţa de cuplu fascinantă, amuzantă şi, da, uneori, imprevizibilă.

Şi mie îmi place.

Chiar dacă, pentru mine, casa mea nu este castelul *meu*.

Este al ei şi asta o face fericită.

Pe termen lung, mă face şi pe mine fericit.

BCU IAŞI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

„Limbajul bărbaţilor"

DOUĂ REGULI DE AUR PENTRU A ŢINE PLICTISUL DEPARTE DE CĂSNICIA VOASTRĂ

1. Lasă băieţii să fie băieţi.
2. Lasă fetele să fie fete.

Când ţi-ai întâlnit pentru prima dată bărbatul, ce l-a făcut să fie fascinant? Faptul că făcea totul ca tine? Mă îndoiesc. Arată-mi doi oameni care sunt identici şi, în câteva ore, vor fi în echipament de fotbal american, izbindu-şi căştile una de alta şi strigând unul la celălalt. Dacă aveţi aceleaşi opinii cu privire la toate lucrurile, veţi avea o viaţă incredibil de plictisitoare.

În loc să lăsaţi diferenţele dintre voi să creeze tensiune, bucuraţi-vă de ele. Râdeţi de ele. Lasă ca bărbatul tău să fie ceea ce este. Tu fii ceea ce eşti. Bucuraţi-vă de diferenţele dintre bărbaţi şi femei.

Cu siguranţă că nu sunt regele gusturilor alese, dar pot spune când oamenii alocă mult timp şi depun mult efort pentru decorarea unui eveniment. De exemplu, să ne gândim ce fac femeile pentru o petrecere. Asortează culorile farfuriilor, a furculiţelor şi a paharelor. Aduc feţe de mese speciale. Fac obiecte ornamentale. Aşează mici cadouri, făcute de ele, în dreptul fiecărui loc. Şi apoi, pentru mai mult amuzament, pun un bilet câştigător sub scaunul cuiva. Acea persoană va putea lua acasă obiectul ornamental.

Pune în contrast această petrecere cu un eveniment de-al

bărbaţilor. Eu aparţin unui grup numit „De la bărbat la bărbat". Noi, bărbaţii, ne întâlnim la ora 6 dimineaţa şi avem un „timp devoţional", din lipsa unui termen mai potrivit care să descrie întâlnirea bărbaţilor. Pastorul bisericii mele este cel care conduce întrunirea. Cum ne pregătim pentru acest eveniment? Apărem şi noi, rupem nişte hârtie închisă la culoare de pe o rolă din apropiere, o punem pe o masă şi golim o plasă de chifle şi una de gogoşi în mijlocul mesei. Ca obiect ornamental punem o cutie de unt de 30 de cm diametru şi un cuţit mare în mijloc. În două secunde am terminat nu doar decorarea, dar şi mâncarea. Ambianţa este minunată.

UNELE LUCRURI PE CARE TREBUIE SĂ LE ACCEPŢI...

Multe din lucrurile pe care soţul tău le face pot părea grosolane, nepotrivite din punct de vedere social, stupide, pierdere de timp şi bani, sau fără sens. Dar, dacă îţi iubeşti soţul şi dacă aceste lucruri sunt importante pentru el, poţi alege să-i permiţi să le facă.

Un alt exemplu despre generoasa mea soţie.

Când doi ziarişti au sunat să-mi spună că ar vrea să discute cu mine despre ultima mea carte, au spus că le-ar plăcea să ne invite pe mine şi pe Sande la cină.

Grozav!, m-am gândit eu. *Sunt pentru cinele gratuite.*

Dar nu Sande. „Voi pregăti cina aici", a insistat ea.

De ce?, m-am gândit eu. *Dacă îi vom avea la cină, tu va trebui să te pregăteşti serios. Nu ar trebui s-o faci. Ei vor să ne invite la cină. Mare scofală! De ce nu iei o pauză?*

Dar nu am spus aceste cuvinte cu voce tare soţiei mele. Ştiu cum e mai bine.

Întreaga zi a muncit să pregătească o cină specială. Una din preferatele mele – file de muşchi de porc.

În acea seară, în timp ce îi conduceam pe cei doi ziarişti spre ieşire, dintr-odată mi-a venit gândul. *Nu şi-au primit „darul"! Ce se întâmplă?*

Apoi, chiar când am ajuns la poarta în stil antic, Sande a spus: „Aşteptaţi o secundă. Am uitat ceva." A intrat în casă şi un minut

mai târziu a ieşit cu două punguţe pline de bunătăţi făcute acasă... câte una pentru fiecare musafir.

N-am putut decât să zâmbesc mulţumit înăuntrul meu. Asta este Sande a mea. Orice seară petrecută în locuinţa Leman nu este completă fără acest ritual de oferire de daruri.

Cu toate că gândirea mea de bărbat spune: *Această treabă cu oferirea de cadouri este atât de stupidă... şi costisitoare*, înţeleg că, deoarece o iubesc pe Sande şi o respect, trebuie să accept acest obicei. Trebuie să o ajut să le finanţeze. Chiar când nu are nicio logică pentru mine.

Când te gândeşti la soţul tău, ce lucruri face care îţi par a fi o pierdere de timp, de bani sau lipsite de sens? Le cumpără prietenilor lui gogoşi în fiecare sâmbătă dimineaţa? Îşi pune deoparte serile de joi pentru a se întrece cu un prieten cu camionetele de jucărie telecomandate într-o parcare goală a unui magazin?

Te-ai gândit vreodată ce realizează aceste activităţi în psihicul unui bărbat?

A oferi gogoşi poate fi singurul lucru pe care şi-l poate permite, având în vedere bugetul familiei, care îl face să se simtă bine că s-a „îngrijit" de ceilalţi prieteni. S-ar putea să-l facă să se simtă ca un erou.

Faptul că se întrece cu camionetele de jucărie poate fi modul lui de a-şi petrece timpul cu un prieten care trece printr-un divorţ şi are o perioadă dificilă. Vorbesc ei tot timpul despre divorţ? Nu. Vorbesc vreodată despre divorţ? O, da. Chiar dacă doar câte 30 de secunde o dată. Serile de joi sunt singurul timp când aceşti doi prieteni sunt doar ei singuri şi pot risca să-şi deschidă inimile... chiar dacă acest lucru se petrece în mijlocul unei întreceri cu camionetele.

Când soţul tău face lucruri care te deranjează, cum reacţionezi? Cum vei reacţiona acum, în lumina acestei informaţii noi?

> A iubi pe cineva înseamnă a afirma că este demn de respect, a-i permite să-şi trăiască viaţa liber, a-i lăsa intactă întreaga libertate, a-i recunoaşte demnitatea ca persoană, a-l invita să se dezvolte, a-l obliga să fie pe deplin ceea ce este, a-l inspira să fie tot ce poate fi.
>
> – Pierre Teilhard de Chardin

Ce activităţi în care se implică iubitul tău sunt benefice pentru el – chiar dacă uneori te deranjează?

EROAREA CONCEPŢIEI: „FACEŢI TOATE LUCRURILE ÎMPREUNĂ"

Adeseori o femeie, fiind o persoană relaţională, are o idee greşită bine conturată în mintea ei: *Odată ce m-am căsătorit, trebuie să fac* toate *lucrurile cu soţul meu.* Şi ea începe să acţioneze pe baza acestei erori în fiecare zi în relaţia cu soţul ei. El nu are nicio idee cu privire la ce i se pare ei a fi o regulă a căsniciei. Tot timpul el se gândeşte la lumea lui competitivă şi încearcă să evadeze în locul unde i se permite să fie singur... baia! Vezi motivul pentru care vă ciocniţi uneori?

Timpul petrecut ca cuplu ar trebui să fie o prioritate în relaţia voastră (mai multe despre aceasta în capitolul următor). Dar aceasta înseamnă că trebuie să faceţi *toate* lucrurile împreună? Desigur că nu! Băieţii au nevoie de timp petrecut cu băieţii, fetele au nevoie de timp petrecut cu fetele.

Soţiei mele îi place să meargă la cumpărături. Recent, ea şi o prietenă vorbeau despre cât de minunat ar fi să aibă o ieşire a fetelor.

Sande mi-a relatat conversaţia lor.

„Ce aţi face într-o astfel de ieşire?" am întrebat-o.

„Păi", a spus Sande încântată, „am face cumpărături, am discuta, am lua masa, am mai cumpăra ceva, am merge la un film, apoi am face iarăşi cumpărături..."

Am priceput. Îmi iubesc soţia, dar mă descurc fără toate acestea. Cumpărăturile nu sunt pasiunea mea, dar ştiu că sunt importante pentru soţia mea.

Aşa că îi spun: „Du-te şi distrează-te!"

Suntem căsătoriţi de suficientă vreme ca să ştie că va avea un Leemie mai fericit în preajmă când vine acasă de la cumpărături dacă iese singură sau cu o prietenă.

Cu ocazia împlinirii vârstei de 60 de ani am dorit să-i ofer lui Sande ceva special. Aşa că i-am făcut o surpriză oferindu-i o

excursie de zece zile la Paris şi la Londra cu o prietenă. „Du-te, iubito, şi simte-te bine. Este darul meu pentru tine!"

Am asigurat-o că mă voi descurca. Voi sta acasă şi voi juca rolul mamei.

Dar când am condus-o la aeroport am plâns (pe bune). Era prima dată în 38 de ani în care Sande şi cu mine ne petreceam separat concediul. I-am simţit lipsa cât timp a fost plecată, dar, de asemenea, am fost mulţumit de ce am făcut. A fost un dar cu totul altruist. Nu aveam niciun plan propriu, niciun beneficiu pentru mine. Îmi iubesc cu adevărat soţia şi nu încercam să scap de ea.

Ea s-a bucurat de cel mai plăcut timp din viaţa ei. A fost un concediu de care îşi va aminti întotdeauna cu bucurie. Şi eu mi-l amintesc cu bucurie deoarece mi-am făcut soţia fericită.

Data viitoare când eşti deranjată de ceva ce vrea să facă soţul tău

1. Analizează acea activitate. Vrea să meargă cu bicicleta împreună cu un grup sâmbătă dimineaţa? Să lucreze grădina? Să schieze în Colorado? Să meargă într-un weekend doar cu prietenii?
2. Fă o listă cu ce va realiza această activitate pentru soţul tău. Cum îţi va schimba perspectiva redactarea acestei liste?
3. În loc de a fi geloasă că nu poţi fi parte a acestui eveniment sau tristă deoarece nu puteţi face toate lucrurile împreună, sprijină-ţi soţul în eforturile lui cât poţi de mult. Ca urmare, vei avea un bărbăţel fericit, împlinit.

NEGOCIEREA

Pune deoparte ceva timp pentru a reflecta la următoarele întrebări: Chiar mai bine, ieşi la o cafea sau fă o plimbare cu soţul tău şi discutaţi-le împreună.

1. Ce lucruri vă place să faceţi împreună, tu şi soţul tău?
2. Ce activităţi vă place să faceţi separat?
3. Ce câştigaţi fiecare din voi, dacă faceţi acele activităţi?
4. Ce talente i-a dat Dumnezeu soţului tău?
5. Ce talente ţi-a dat Dumnezeu ţie?
6. Cum se completează aceste daruri în relaţia voastră?

DE CE SĂ NU NEGOCIAŢI?

Lui Sande îi place Festivalul colindelor din Tucson. Mie nu-mi place.

Este un program de muzică de Crăciun mult mai plictisitoare decât melodii ca „Walking in a Winter Wonderland". Cu adevărat muzică clasică. Programul şi cântatul continuă la nesfârşit, în opinia mea. Adaugă la aceasta faptul că eu nu mă simt comod într-o sală decât dacă stau într-un scaun la capăt de rând, iar uneori astfel de locuri nu sunt disponibile. Cred că sunt o mulţime de bărbaţi care sunt târâţi la acest eveniment în fiecare an şi care ocupă aceste locuri, sperând să poată ieşi rapid.

În fiecare an Sande cumpără bilete la acest eveniment şi în fiecare an eu o însoţesc. Ştiu că pentru a se bucura de eveniment este important ca şi eu să fiu acolo. Vezi, este o negociere. Uneori merg la evenimente care mie nu-mi plac, dar de care Sande se bucură, deoarece sunt importante pentru ea.

Şi Sande participă uneori cu mine la unele activităţi care nu îi plac, dar face asta pentru că ele sunt importante pentru mine.

De exemplu, meciurile de fotbal. Parte din distracţia mea de a merge la meciurile Universităţii din Arizona este să o am pe Sande cu mine. De obicei mergem cu prietenii noştri Joe şi Teri. Aceasta slăbeşte stresul unui eveniment care altfel le-ar duce la lacrimi pe soţiile noastre. (De fapt, odată Sande s-a plictisit atât de mult încât *s-a întins* pe bancă în timpul meciului. Şi are înălţimea de 1,73m! Dar, pur şi simplu, s-a întins pe bancă!) Pentru Sande şi Teri, un meci este un eveniment social, un prilej de pălăvrăgeală, un timp în care se bucură una de cealaltă. Pentru noi, bărbaţii, este un eveniment fără discuţii. De fapt, Joe şi cu mine purtăm căşti audio şi stăm împreună.

Discuţia noastră decurge cam aşa:

„Ahh!"

„Ooh!"

„Distruge-l!"

„Prinde-l!"

„Opreşte-l!"

Apoi un oftat de dezamăgire.

La pauză discutăm puţin şi, pentru că ne-am ignorat soţiile o

repriză întreagă, ne transformăm în soţi îndrăgostiţi nebuneşte şi ne întrebăm politicos soţiile ce doresc să bea şi să mănânce. Urcăm treptele şi le aducem diferite dulciuri. Cred că ele ştiu că am încercat să le prostim, dar, cu toate acestea, acceptă situaţia cu inimile bucuroase, deoarece înţeleg cât de important este pentru noi să fie acolo cu noi, chiar dacă le ignorăm şi nu vorbim cu ele.

Timpul petrecut împreună ca cuplu ar trebui să fie o prioritate în relaţia voastră, dar aceasta nu înseamnă că trebuie să-l experimentaţi în mod identic. De exemplu, mie îmi place să merg la pescuit. Îmi place să fiu cu Sande, aşadar combinarea acestor două lucruri înseamnă cerul pentru mine.

Pentru Sande, a merge la pescuit cu mine înseamnă să stea lungită într-o barcă, să citească reviste pentru femei şi să se bronzeze. „Iubito, uită-te ce am prins!", îi spun eu bucuros, şi ea îmi răspunde cu un somnoros: „Uau!" Ştiu că nu-i prea pasă de peşti, dar îmi dă încurajările verbale de care am nevoie.

Ideea este că suntem împreună, dar ne bucurăm de experienţa aceasta în mod diferit şi într-un mod care se potriveşte nevoilor noastre specifice.

Râd întotdeauna şi spun că este ca lamantinul şi melcul. Şi acesta este adevărul. Odată, în timp ce pescuiam, Sande a adormit pe o saltea plutitoare şi a căzut în apă. A trebuit să semnalizez salvamarul ca s-o salveze!

Morala povestirii? Puteţi face lucruri împreună ca cuplu, dar nu trebuie să faceţi aceleaşi lucruri. Sande poate să stea la soare şi să citească reviste în timp ce eu pescuiesc. Suntem totuşi împreună pe barcă... mai puţin atunci când ea cade în mare!

Ce vă bucuraţi să faceţi împreună – dar faceţi diferit? Cum vă satisfac aceste lucruri fiecare nevoie a voastră?

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

AL PATRULEA LUCRU
PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

„Am nevoie disperată să ştiu că ai nevoie de mine."

Soţul tău tânjeşte să obţină atenţia ta?

• • •

Mac este un comerciant care a lucrat din greu în industria de maşini unelte mai bine de 20 de ani. În fiecare an, în ianuarie, există o cină cu ocazia premiilor date de companie şi toţi reprezentanţii de vânzări se duc la acea locaţie. Petrec două zile în care au întâlniri la hotel, apoi urmează a treia zi cu concursuri, totul fiind plătit de companie. Lucrul cel mai bun, agentul care a făcut cele mai multe vânzări primeşte premiul.

De obicei, compania nu este prea încântată ca agenţii să-şi aducă soţiile cu ei, pentru că nu vor să plătească pentru ele, dar de această dată compania l-a încurajat pe Mac să-şi aducă soţia, Ginny. De asemenea, i-au spus că va primi premiul pentru cel mai bun agent de vânzare din regiune. Aceasta însemna că era unul din primii patru agenţi din ţară. Ajunsese atât de departe faţă de perioada de început când se zbătea pentru o singură vânzare.

Când Mac a aflat că întâlnirea din acest an va fi în Orlando şi că firma i-a închiriat un apartament de lux, a început să-şi facă planul de a-i face o surpriză soţiei.

În ziua următoare a telefonat la hotelul din Orlando şi a aranjat ca pe Ginny să o aştepte în cameră nişte flori. A plecat de la muncă pe la prânz şi a mers la magazinul favorit al soţiei lui pentru un costum despre care ştia că i-ar plăcea să-l poarte la o cină cu ocazia

premierii. Şi i-a cumpărat o cămaşă de noapte, cât şi ciocolata preferată.

Şi-a planificat nu doar un timp grozav în care să nu lucreze, dar şi un mic concediu cu soţia lui „doar ei doi". Avea *planuri*.

S-a gândit la aceste planuri toată săptămâna aceea şi cea următoare, când el şi Ginny s-au îndreptat spre aeroport cu o mulţime de bagaje şi s-au urcat în avionul spre Orlando. Încă se gândea la aceste planuri şi la ce urma să facă şi spera ca cei de la hotel să nu uite de florile care trebuiau să-i aştepte când el şi soţia lui vor deschide uşa elegantului apartament.

Totul era perfect. Florile erau acolo în toată splendoarea lor – toate roşii, aşa cum comandase. Culoarea preferată a soţiei lui. *Planurile merg bine*, se gândi Mac.

Îţi despacheta valiza pentru a trece la următorul pas din planurile lui când sună telefonul soţiei.

„O, grozav! Sunteţi deja aici!", a exclamat ea. „Suntem în apartamentul 212. Veniţi chiar acum."

Aici? Cine e aici?, se gândi Mac. *Şi de ce vin aici?*

Fără ca el să ştie, Ginny telefonase celor două fete ale lor, care erau la o universitate din apropiere şi aveau propriul lor apartament. Le spusese despre călătoria în Florida şi le invitase să vină să stea cu ea şi cu Mac la hotel.

Planurile romantice ale lui Mac se spulberaseră. După 21 de ani de căsnicie, de stres în afaceri şi în care a împlinit nevoile copiilor, aşteptase cu nerăbdare să-şi sărbătorească succesul de la locul de muncă cu soţia lui... singuri. Ar fi fost prima dată când putea să combine afacerile cu plăcerea.

Care a fost reacţia lui? Şi-a îmbrăţişat fetele, dar apoi a devenit tăcut şi s-a retras emoţional din discuţie. A ascultat o vreme cum cele trei femei discutau şi râdeau. Apoi a ieşit pe uşă, a străbătut cu paşi înceţi coridorul şi a plecat pentru două ore.

„Ce e în neregulă cu tine?", l-a întrebat Ginny când Mac s-a întors la apartament. „De ce eşti atât de ţâfnos?"

Ea nu avea nicio idee de ce acţiona el aşa cum o făcea...

Mac era disperat ca Ginny să aibă nevoie de el – *doar* de el. Când ea i-a inclus şi pe alţii, planurile lui romantice s-au scurtcircuitat. La început a devenit tăcut, apoi s-a retras, apoi a

trecut la o rezistenţă tăcută. *Ei bine, dacă ea nu are nevoie de mine, atunci nu trebuie să fiu aici.*

Călătoria nu s-a dovedit a fi pentru niciunul dintre ei evadarea la care sperase fiecare.

HUMPTY DUMPTY* STĂTEA PE ZID, HUMPTY DUMPTY A CĂZUT...

Nouă, bărbaţilor, nu ne place să recunoaştem, dar suntem la fel de fragili emoţional ca Humpty Dumpty de pe zid. Ştim că ar trebui să fim tari, aşadar încercăm din greu să arătăm duri pe dinafară. Dar cum suntem în interior? Un mic ghiont ne face să cădem de pe zid şi să ne spargem în bucăţele. În special un ghiont din partea soţiei pe care o iubim cel mai mult. Şi, când cădem de pe zid şi ne zdrobim, uneori nu ne mai putem aduna.

Totul se rezumă la aceasta în mintea soţului tău: dacă tu nu ai nevoie de mine, dacă alţii mă pot înlocui, de ce să mă mai consum? Pentru cine îmi petrec zece ore pe zi la muncă? Pentru cine călătoresc atât de mult, mănânc mâncare proastă, conduc peste o oră în trafic pentru a ajunge la muncă şi apoi alta pentru a veni acasă?

Îţi aduci aminte de cele trei nevoi fundamentale ale unui bărbat? Să fie respectat, să vadă că ai nevoie de el şi să fie împlinit? Dacă aceste nevoi sunt împlinite, nu doar că va fi mai fericit, dar şi tu vei fi mai fericită.

Bărbaţii au multe în comun cu cockerii spanioli şi cu câinii de vânătoare. Cu toţii au nevoie să fie mângâiaţi. Şi dacă îi mângâi, te vor răsplăti cu loialitate pe viaţă. Ochii lor nu vor privi în altă parte. Vor veni iute, fericiţi lângă tine de îndată ce îi chemi.

Şi asta pentru că, pentru soţul tău, când vine momentul adevărului, tu eşti cea care contează cel mai mult. Tu eşti cea care i-a furat inima, cea pe care a ales-o să o iubească întreaga viaţă.

De aceea este atât de rănit când atenţia ta este distrasă de la el şi fixată asupra altor lucruri. El se întreabă: *Cred că nu mai sunt foarte important pentru ea, nu-i aşa?* Ce bărbat care se respectă ar

* Humpty Dumpty – personaj dintr-un cântec englez, înfăţişat ca un ou care cade de pe zid, se sparge şi, orice ai face, nu-l mai poţi aduna la loc. – n. ed.

dori să rămână alături de ea dacă nu se simte respectat, dorit sau împlinit?

După cum spune Proverbe 13:12: „O nădejde amânată îmbolnăveşte inima." Creează goliciune şi amărăciune.

Iată un alt mod în care Ginny s-ar fi putut ocupa de acea călătorie de afaceri şi care ar fi mulţumit ambele părţi. Deoarece ea dorea să se bucure de un timp cu cele două fiice ale lor, i-ar fi putut spune lui Mac: „Abia aştept să mă bucur două zile şi două nopţi întregi doar cu tine. De asemenea, mi-ar plăcea să ne vedem copiii, dacă acest lucru este posibil. Putem să stăm acolo încă o noapte şi să le cerem fetelor să vină la noi?"

Odată ce Mac şi-ar fi dus la împlinire planurile, ar fi fost un client mulţumit. Ca un cimpanzeu care stă pe un pat de banane. Şi ştii ceva? Ar fi fost bucuros să-şi vadă fetele în a treia seară!

Dar observă ce e prioritar. Prioritare sunt cele două nopţi cu dragostea vieţii lui. Apoi le va permite copiilor să vină în a treia seară.

Când Holly şi Krissy erau de patru, respectiv doi ani, Sande şi cu mine ne-am luat un scurt concediu împreună. Am lăsat copiii în mâini bune cu bunica lor. Tot timpul mă gândeam: *În sfârşit, liber! Puteam să mergem în California, să petrecem un timp pe plajă, să ne bucurăm de cine plăcute. Doar noi doi.*

Ce timp minunat am avut! Prima zi nu am vorbit deloc despre copii. Următoarea zi m-am trezit vorbind puţin mai mult despre copii. Dar a treia zi, duminica, când a trebui să ne urcăm în maşină să venim acasă, aţi ghicit? Abia aşteptam să ne vedem copiii! Ei erau în acel moment o prioritate pentru mine, deoarece avusesem un timp minunat cu soţia mea. O avusem pentru o vreme doar pentru mine.

Dacă vrei ca soţul să-şi iubească copiii şi să nu-i privească ca parteneri de competiţie pentru timpul tău, trebuie să-ţi găseşti timp doar pentru voi doi. Va veni ziua când copiii vor pleca de acasă. Dar soţul tău va rămâne. Nu-ţi pierde locul pe care îl ai în inima lui.

Este o minciună că doar femeile au nevoie de intimitate. Soţul tău tânjeşte (în tăcere) după intimitate. Dar el îşi va exprima această nevoie într-un mod foarte diferit de tine.

APĂRAREA BĂRBATULUI

În loc să-ţi spună verbal ce nevoi are, cel mai probabil soţul tău se va comporta în unul din următoarele moduri atunci când se va simţi rănit:

1. Va deveni tăcut sau retras (aşa cum a reacţionat Mac la început).
2. Va bombăni.
3. Va trece la o rezistenţă tăcută (cea de-a doua fază de apărare a lui Mac).
4. Va acţiona ca un copil de patru ani (aşa cum am discutat în capitolul doi) şi-şi va pierde cumpătul.

Kay şi Seth s-au căsătorit când amândoi aveau treizeci şi ceva de ani. Amândoi lucrau cu normă întreagă la aceeaşi companie, aşadar mergeau împreună cu maşina la lucru. Luau masa împreună în fiecare zi şi pregăteau cina împreună. Aveau un program foarte precis pentru fiecare seară care arăta în felul următor:

Luni: Împreună la sala de gimnastică.
Marţi: Acasă.
Miercuri: Studiu biblic pentru cupluri.
Joi: Invitaţi la cină.
Vineri: Acasă/timp intim/vizionarea unui film.
Sâmbătă: Pregătirea micului dejun, spălarea hainelor şi treburi casnice, dimineaţa. După amiaza, ceva amuzant împreună, cum ar fi un picnic în parc, un concert de pian sau o vizită la parcul dendrologic.
Duminică: Biserică şi timp de odihnă, somn.

Cinci ani mai târziu a apărut Set al II-lea şi orarul lor exact a devenit imposibil. Amândoi au fost de acord ca de acum Kay să nu mai lucreze, astfel că îşi vor micşora bugetul.

Seth a presupus că, deoarece Kay nu mai lucra, va avea timp să facă toate lucrurile pe care le făcea înainte – să scrie bileţele de dragoste pe care să i le pună împreună cu mâncarea pentru serviciu, să facă prăjituri de casă şi că serile lor vor arăta destul de

mult aşa cum obişnuiau să fie înainte, cu excepţia faptului că va mai fi prezentă o a treia persoană lângă ei, în coşuleţ.

Seth a tolerat prima lună în care programul le-a fost dat peste cap. A presupus că era doar „o perioadă de tranziţie" şi că soţia va rezolva cumva aceste treburi materne, astfel încât să revină la sarcinile ei obişnuite.

Dar luna următoare lucrurile au decurs la fel. Seth ajungea acasă şi Kay nici măcar nu începuse să pregătească cina. Set era genul de bărbat care „lua cina la ora 6 fix". Devenea tăcut, se retrăgea să-şi schimbe hainele, apoi intra şovăind în bucătărie pentru a pregăti cina, în timp ce Kay stătea în balansoar şi îşi alăpta bebeluşul.

Au mai trecut încă două luni. Ambii părinţi ştiau acum ce însemna să fii nedormit şi că nu era o joacă. Micuţul Seth avea mereu colici. Kay şi-a petrecut nopţile alintându-l, aşa că adesea nu era trează când Seth trebuia să plece la muncă.

Seth a început să bombăne. S-a comportat ca partea nedreptăţită.

Ce e în neregulă cu el?, s-a întrebat Kay. *Nu ştie cât de epuizată sunt? Şi ce fac toată ziua? Abia pot să mă dau jos din pat dimineaţa. Toată energia mea se consumă acum cu copilaşul. Nu-şi poate schimba scutecele şi nu se poate hrăni singur, nu-i aşa?*

Au mai trecut încă două săptămâni. Seth venea acum acasă şi intra în dormitor trântind uşa pentru a-şi schimba hainele înainte a intra în bucătărie să pregătească cina. De fiecare dată când trebuia să pregătească cina dădea cu vasele şi cu lingurile şi trântea sertarele de parcă ar fi spus: *Uite câte fac pentru tine!*

Kay era conştientă că pe soţul ei îl supără foarte mult faptul că nu iau cina împreună, şi nici el nu era genul de bărbat căruia să-i placă supele instant. Şi tot ce putea să facă ea în mijlocul epuizării şi a programului ocupat era să deschidă o conservă.

Într-o zi, dorind ca el să ştie cât de mult îl iubea, Kay a sărit peste somnul de care avea aşa multă nevoie, pentru a-i face o cină adevărată. Şi-a imaginat cât de mulţumit va fi Seth când va veni acasă şi va mirosi friptura, cartofii şi roşiile din cuptor.

Din nefericire, chiar în timp ce Seth îşi parca maşina în garaj, copilaşul a vomat... peste toate hainele ei curate pe care tocmai

le-a îmbrăcat şi peste părul ei. În timp ce voma îi picura pe obraji, s-a deschis uşa.

Seth s-a uitat la ea şi a explodat: „Ce-i cu tine? Nu poţi nici măcar să te speli pentru mine?"

Ca să o spunem fără asprime, Seth şi-a pierdut cumpătul. S-a comportat ca un copil de patru ani. Pentru că tânjea după atenţia soţiei lui. Ştia cum era să se bucure de toată atenţia ei şi acum se simţea lipsit total de ea. Nu era deloc fericit.

> Căsniciile pot fi întemeiate în cer, dar oamenii sunt responsabili pentru menţinerea lor.
>
> – Autor necunoscut

Stai o clipă!, s-ar putea să-mi spui. *Ce nemernic! Ce ratat! Mi-ar plăcea să-l bat o zi întreagă. E epuizant să fii de curând mămică. Nu pricepe asta?*

Nu, sincer, nu pricepe. Nu este femeie şi nu a născut un copil. Nu ştie cât de epuizant este să te îngrijeşti de nevoile unui copil neajutorat în fiecare clipă a zilei. Când ajunge el acasă de la muncă copilul era treaz doar de o oră. Când copilul s-a trezit în timpul nopţii, soţia lui s-a îngrijit de el. (La urma urmei, bărbaţii nu pot alăpta la sân.) Seth poate că s-a trezit pentru o clipă, dar apoi a adormit din nou.

Aşadar, în fiecare zi când păşea pe uşă, el se gândea: *Hei, a fi părinte nu e chiar atât de greu. Deci care e problema ei? Cum de nu-mi mai acordă atenţie?*

S-ar putea ca acum să fii puţin supărată pe Seth, şi pe bună dreptate. Seth este puţin mai imatur şi mai egoist decât bărbatul obişnuit, dar cu toţii avem momentele noastre de slăbiciune.

CE GÂNDEŞTE CU ADEVĂRAT UN BĂRBAT CÂND SE COMPORTĂ CA UN COPIL

Oricât de enervantă poate fi specia bărbaţilor, este important să încercăm să privim dincolo de comportamentul nostru spre indiciile a ceea ce spunem cu adevărat.

„Am nevoie să-mi acorzi atenţie... *acum!*"

Comportamente ca cel al lui Seth îţi pot părea incredibil de copilăreşti, în special dacă alergi nebună tot timpul încercând să

realizezi atât de multe... şi adesea alergarea ta este pentru copiii care nu pot să se îngrijească singuri.

Dar gândeşte-te la următorul lucru: o femeie este o expertă în diversiune. Să spunem că copilul tău de doi ani se joacă cu un obiect cu care nu ar trebui să se joace. Mama înţeleaptă va distrage atenţia copilului. Pentru că această metodă funcţionează atât de bine în cazul copiilor, ea va încerca să o folosească şi la soţul ei.

Căsnicia nu este o proprietate exclusivă; este un parteneriat.
– Autor necunoscut

Să spunem că tocmai ţi-ai pieptănat părul, te-ai spălat pe dinţi şi ţi-ai finalizat machiajul. Porţi o bluză de mătase, astfel încât arăţi cu adevărat bine pentru întâlnirea comitetului din această dimineaţă. Apoi soţul tău intră în încăpere şi te îmbrăţişează pe la spate. Copiii nu sunt în preajmă (sau nu ai copiii) şi îţi dai seama că el doreşte să vă jucaţi puţin.

„Nu acum", protestezi tu, „trebuie să plec. Ne vedem deseară." Şi închizi uşa, lăsându-l în urmă pe iubitul vieţii tale, care e frustrat, deoarece programul tău este prea încărcat în acea zi.

Ce gândeşte el? *Nu mai există loc pentru mine în lumea ei.*

„Sunt gelos pentru timpul pe care îl petreci cu copiii. Nu mai ai timp pentru mine."

S-ar putea să rămâi gură cască la această afirmaţie, deoarece este atât de străină de experienţa şi de sentimentele tale, dar ea este adevărată pentru bărbaţi.

Pentru o femeie, când un bărbat petrece timp cu copiii ei, el petrece timp cu ea, deoarece copiii sunt o extensie a mamei lor. Aceasta înseamnă că, atunci când soţul ei îi iubeşte pe copii – când se luptă în joacă cu ei, când se joacă cu ei, când le citeşte, când îi leagănă – el o iubeşte pe ea. Are legătură cu nevoile relaţionale fundamentale ale femeii.

COPIII SUNT O EXTENSIE A MAMEI LOR.

Spun această povestire la seminariile maritale şi întotdeauna obţin un *Ooo* de la doamnele prezente. Când fiica mea primeşte

flori şi ştie că sunt de la unul din părinţi, ea presupune imediat că sunt de la mama ei. „Dar tati, când am aflat că sunt de la tine, am fost chiar mai fericită!"

„*Ooo...*" oftează doamnele din public.

„Aţi auzit acest *Ooo* din public?", îi întreb pe bărbaţi.

Bărbaţii zâmbesc şi chicotesc.

„Ei bine," le spun eu, „fiecare femeie moare de dorinţa să poată exprima acel *Ooo* ca reacţie la ce faceţi *voi*. Ori de câte ori faceţi lucruri frumoase, bărbăteşti, sensibile, amabile, iubitoare pentru fiica voastră şi îi arătaţi această latură a naturii voastre, faceţi aceste lucruri şi soţiei voastre. Aţi ştiut aceasta?"

Şi beculeţul se aprinde în minţile bărbaţilor.

O femeie trăieşte pe baza acestui proverb: „Dacă mă iubeşti pe mine, îi vei iubi şi pe cei mai dragi mie şi îi vei trata bine."

Când un tată manifestă acest gen de dragoste şi atenţie faţă de fiica lui, tu te gândeşti: *Uau! Sunt atât de norocoasă că m-am căsătorit cu acest bărbat! Am făcut alegerea corectă!* Dintr-o dată, nutreşti sentimente mai romantice faţă de acest bărbat.

Dar acest lucru nu este valabil pentru bărbaţi. Pentru un bărbat, copiii reprezintă o entitate separată. El nu îi leagă emoţional de mama lor. Într-un sens foarte real, din cauză că el se identifică mai mult cu lucruri, îi vede ca lucruri (copiilor, nu vă simţiţi ofensaţi) care concurează cu el pentru atenţia ta. Şi concurează cu adevărat! Copiii sunt mici sugaci hedonişti care îţi vor fura tot timpul şi atenţia pe care le-o poţi acorda... şi mai mult decât atât.

Nu e de mirare că îţi extrag toată energia şi te lasă prea epuizată pentru a te îngriji de băieţelul tău adult, sugaciul hedonist adult care, din când în când, are nevoie şi el de tot timpul şi atenţia ta, şi mai mult decât atât.

„Dr. Leman", vei spune dezgustată, „vrei să spui că ar trebui să-i fac pe plac soţului meu atunci când se comportă ca un copil? Vreau să spun, este un adult, ce mai, şi acum un tată. Nu ar trebui să se comporte ca atare?"

Dă-mi voie să răspund printr-o întrebare: „Faci pe plac copiilor tăi în fiecare situaţie?"

Cred că nu, deoarece ei sunt înclinaţi să se gândească doar la

ei. Dacă le faci pe plac în fiecare situaţie se vor uni într-un sindicat şi îşi vor căuta propriul beneficiu.

Şi cu soţii poate fi la fel.

Ideea principală pe care încerc s-o exprim aici este că trebuie să înţelegi că rolul pe care îl joacă copiii în viaţa soţului tău este diferit de rolul pe care îl joacă în viaţa ta. Până nu înţelegi aceasta, vei face ca gelozia soţului tău – sau potenţiala lui gelozie – să crească.

PENTRU UN BĂRBAT, COPIII REPREZINTĂ O ENTITATE SEPARATĂ. EL NU ÎI LEAGĂ EMOŢIONAL DE MAMA LOR.

„Mă simt de parcă nu pot face nimic, şi că nimeni nu are nevoie de mine"

Nu voi uita niciodată momentul când am ţinut-o în braţe pe nepoata mea, Adeline, când avea şase luni. Mame ei mi-a dat-o s-o ţin şi m-am simţit atât de privilegiat s-o pot ţine în braţe. Pentru o clipă, mi s-a părut că va plânge. (Da, ştiu. Pot arăta destul de înfiorător uneori.) Apoi ochii ei s-au îndreptat spre mama ei, care stătea chiar lângă mine şi am văzut cum pacea i-a cuprins faţa. Mama ei era acolo, aşadar, totul urma să fie bine. Deşi îmi cunoştea faţa şi vocea, ele nu îi erau la fel de cunoscute ca cele ale mamei ei. Şi, dacă ar fi trebuit să aleagă, cu siguranţă şi-ar fi ales mama.

Acest gen de comportament este logic, deoarece copiii sunt ataşaţi de mamă din clipa în care sunt concepuţi sau adoptaţi şi sunt îngrijiţi şi, cel mai adesea, hrăniţi de mama.

Acest lucru îi poate lăsa pe noii tătici să se simtă puţin pe dinafară. Ei sunt inutili – adesea nu pot ajuta la hrănirea copilaşului. Sau dacă încearcă să-i dea de mâncare, temperatura hranei sau reţeta ei este adesea diferită de cea a mamei şi copilul începe să ţipe frustrat.

Ce urmează?

„Sunt aici, micuţule", spune mama şi se ocupă imediat de micuţ. În câteva secunde, copilul se linişteşte şi, în mod magic,

totul este din nou în ordine în lume. „Persoana care rezolvă lucrurile" este acolo.

Cum ne face să ne simţim pe noi, bărbaţii, acest lucru? Uşuraţi, da, dar de asemenea frustraţi de cât de nepotriviţi suntem în această situaţie.

Dacă un bărbat nu are o soţie înţelegătoare care să spună ceva de genul: „O, iubitule, a fost agitat toată ziua. Mulţumesc că ai încercat. Apreciez cu adevărat aceasta... şi te apreciez şi pe tine. Sper să-l adorm puţin mai repede astă seară ca să putem avea ceva timp în care să nu fim întrerupţi. Ai putea să mă ajuţi să pun vasele în spălătorul de vase? Astfel vom termina amândoi treburile în acelaşi timp şi ne vom putea relaxa împreună".

PUTEREA CUVINTELOR UNEI FEMEI DE A SCHIMBA SENTIMENTELE ŞI PERSPECTIVA UNUI BĂRBAT ESTE INCREDIBILĂ.

Puterea cuvintelor unei femei de a schimba sentimentele şi perspectiva unui bărbat este incredibilă. Tu îţi ţii bărbatul în palmele tale. Deodată, cu aceste puţine cuvinte el se poate simţi mult mai bine cu privire la rolul lui în familie.

În acest scurt scenariu, i-ai spus că:

1. Crezi că şi-a dat tot interesul să te ajute cu copilul.
2. Încerci tot ce poţi face pentru a petrece un timp neîntrerupt cu băieţelul tău adult, deoarece el este important pentru tine.
3. I-ai dat o sarcină care îl face să se simtă util şi bun la ceva, chiar dacă nu a reuşit să se descurce cu copilul.
4. I-ai spus că *ai nevoie* de el şi de ajutorul lui.
5. Ai spus că aştepţi cu nerăbdare să petreci timp doar cu el.

Vei fi uimită cât de dornic va fi soţul tău nu doar să pună farfuriile în spălător, dar şi să cureţe întreaga bucătărie.

La urma urmei, persoana cu care doreşte cel mai mult să petreacă timp eşti *tu*. Şi nu mă refer doar atunci când sunteţi în pat. Tu eşti singura cu care doreşte să fie intim.

Dar uneori este atât de greu să ajungă la tine!

ÎNCERCÂND SĂ FACI TOTUL

Una din cele mai dificile provocări ale femeii moderne din America este că toţi doresc o bucată din tine. Şeful tău doreşte acel memorandum. Biserica doreşte „doar o seară" pe săptămână. Copiii vor să fie duşi în trei locaţii diferite în interval de o singură oră. Profesorii îşi doresc un asistent. Desigur, pentru a economisi în vederea taxei de facultate a copiilor, mai conduci o afacere.

Deoarece se descurcă bine făcând mai multe sarcini şi pentru că sunt orientate pe relaţii, femeile vor jongla întotdeauna cu o paletă mai largă de sarcini decât bărbaţii. Dar dacă eşti prea ocupată să urci pe scara societăţii, să alergi la afacerea de acasă, sau să-ţi duci copiii cu maşina peste tot, relaţia ta cu soţul tău va avea de suferit cel mai mult. Prea multe femei s-au trezit din cursa vieţii lor exact în sala de divorţ.

Deoarece alte lucruri sunt considerate mai importante decât relaţia ta, puterea cuplului scade. Şi atunci, dintr-o dată, „cuplul fericit" se trezeşte divorţând. Adeseori, ceea ce este de fapt sub aparenţa relaţiei pe care o văd alţi oameni sunt oameni suferinzi care nu au reuşit să aibă priorităţi clare şi au alergat până la epuizare. Femeia s-a simţit obligată să facă toate lucrurile, iar bărbatul s-a simţit obligat să intre în competiţie şi să câştige. Totuşi, când îşi fac calculele, amândoi au pierdut ce e mai important – relaţia lor!

Din păcate, căsnicia nu este prea apreciată în societatea noastră. Este mai uşor să ieşi când lucrurile devin dificile. Cât de des vezi celebrităţi care îşi schimbă partenerii de viaţă sau iubiţii/iubitele, trecând din relaţie în relaţie în căutarea împlinirii? O privire în presa de scandal spune totul.

Dar ai grijă să nu cazi în capcana de a crede că „iarba din ograda vecinului este mai verde".

Realitatea este că mariajul este ca şi construirea unei clădiri. Fundaţia trebuie să fie pusă corect şi să fie dreaptă. Trebuie folosite materialele potrivite, inclusiv fier beton, pentru a o face tare şi durabilă. Altfel, clădirea care arată atât de bine pe dinafară va avea crăpături fine în interior. În timp, aceste crăpături se vor extinde pe întreaga suprafaţă şi clădirea va începe să se dezintegreze.

Dan, în vârstă de 40 de ani, a întâlnit-o pe Lynn, de 32 de ani, la un curs de seară la colegiul din zonă. Lynn era divorţată şi avea un fiu de 13 ani. Dan nu fusese căsătorit niciodată şi se bucura cu adevărat de copii. Pe măsură ce s-au cunoscut mai bine, cei doi l-au inclus frecvent şi pe Joey în întâlnirile lor. Dan se gândea: *Uau, îmi merge de minune. Dacă îi voi cere lui Lynn să se căsătorească cu mine şi ea va accepta, voi fi dintr-o dată şi tată. Asta mi-am dorit dintotdeauna.*

Dan şi Lynn s-au căsătorit trei luni mai târziu. Când un prieten i-a sfătuit să aştepte şi să meargă mai întâi la consiliere maritală, ambii au refuzat. Erau destul de maturi să ştie ce-şi doresc.

Dar odată ce s-au căsătorit, atenţia lui Lynn s-a îndreptat imediat spre fiul ei, excluzându-l pe Dan. Ea insista că trebuie să fie mai întâi mamă şi că Joey avea nevoie de dragostea lui Dan. Totuşi, nu îi permitea lui Dan să-l disciplineze pe Joey. „Joey a fost deja rănit destul de tatăl lui", spunea ea. „Are nevoie doar de dragostea ta."

Cinci ani mai târziu, când Joey se pregătea pentru a merge la colegiu, căsnicia lor s-a destrămat. În loc să crească împreună, au crescut separat, deoarece în căminul lor singura preocupare era pentru Joey. Acum că Joey era la colegiu, despre ce mai puteau discuta? Temelia dragostei lor fusese pusă în pripă, fără fier beton, şi anii în care au trăit după principiul „copilul pe primul loc" au dat naştere la fisuri în toată căsnicia lor. Când Joey a plecat, construcţia s-a prăbuşit.

> Tot ce îşi doreşte cu adevărat un soţ este să fie puţin compătimit, puţin lăudat şi puţin apreciat.
>
> – Oliver Goldsmith

TÂNJEŞTE EL DUPĂ ATENŢIA TA?

Datorită nevoilor lor cele mai importante, majoritatea bărbaţilor au o mulţime de cunoştinţe şi de contacte de afaceri, dar foarte puţine relaţii semnificative. De aceea relaţia lui cu tine este atât de importantă pentru el, *fie că îţi spune acest lucru, fie că nu.*

Înţelegi la ce a renunţat pentru tine? Ar fi putut să recondiţioneze maşini împreună cu amicii lui la benzinăria locală. Sau să-şi piardă vremea în timpul verii la restaurant cu tinerii şi

studenţii. Putea să aibă discuţii grozave cu tovarăşii lui cum ar fi:

„Ce vrei să faci deseară?"

„Păi, nu ştiu."

Ce făceam eu înainte de a mă căsători? Am crescut într-un orăşel în care băieţii îşi pierdeau timpul la onoratul stand de hot dog. Era o parcare uriaşă. Noi, băieţii, stăteam pe bănci ore în şir, fără să facem prea multe. Unii dintre noi meşteream câte ceva la maşini.

Băieţii care locuiau singuri mâncau aceeaşi mâncare şapte zile la rând. Purtam aceleaşi haine. Nu ne deranja să mâncăm pâine cu puţin mucegai. Beam sucuri de portocale la doză. Apartamentele noastre erau decorate cu o piramidă de cutii de pizza, depozitate în colţ – una pentru fiecare zi, de marţi până vineri.

Ideea este că nu am renunţat la prea multe pentru voi. Cu siguranţă că soţul tău are o viaţă mult mai interesantă cu tine! Ştiai asta?

Dar o femeie poate fi atât de ocupată cu casa, cariera şi nenumăratele relaţii (ceva la care femeile sunt foarte pricepute), încât adesea persoana cea mai neglijată este cea mai apropiată de ea... soţul ei. Apoi mai adaugă copiii şi vei constata că, într-adevăr, a mai rămas puţin loc pentru cea mai mare dragoste a vieţii tale.

SINGURA PERSOANĂ CU CARE DOREŞTE ÎNTR-ADEVĂR SĂ FIE INTIM EŞTI TU. DE ACEEA CONTEZI ATÂT DE MULT PENTRU EL.

Între timp, soţul tău *tânjeşte* după atenţia ta. El are nevoie disperată să petreacă timp singur cu tine. În loc de a te uita la acest lucru spunând: „Oh, frate. De ce trebuie să fie atât de copil?", priveşte la cealaltă parte. Ce compliment! Singura persoană cu care doreşte într-adevăr să fie intim eşti *tu*. De aceea contezi atât de mult pentru el. De aceea este atât de important pentru el să ştie că ocupă primul loc în viaţa ta şi că nu este doar un alt lucru pe lista ta.

El tânjeşte după acele cine romantice în oraş... la fel de mult cât ai şi tu nevoie de ele. El are nevoie de timp în dormitor, când celularul este închis şi copiii îşi petrec noaptea la bunica.

VEZI O DISCREPANŢĂ?

Căsnicia este o stradă cu două sensuri, dar uneori tu eşti cel care trebuie să-şi croiască drum.

– Autor necunoscut

Fiecare dintre noi are două euri: un eu ideal şi un eu real.

Eul ideal este cum ai vrea să te vadă alţii.

Eul real este cine eşti tu cu adevărat.

Cu cât e mai mare discrepanţa dintre ideal şi real, cu atât va exista mai multă disonanţă în viaţa ta. Dacă încerci să fii ceea ce nu eşti, vei da de necazuri. Vei fi tot timpul dezamăgit de tine şi de alţii.

De exemplu, dacă doreşti ca alţii să creadă că toate aspectele vieţii tale sunt în ordine, că locuinţa ta este întotdeauna într-o stare perfectă şi că ai numărul ideal de membri în familie (un soţ, 2,5 copii şi un câine), s-ar putea să te superi, ca s-o spunem cât mai frumos, dacă vii acasă de la muncă şi îţi găseşti bucătăria întoarsă cu susul în jos, soţul lungit pe canapea în cămaşa de flanelă şi pulovăr, mâncând o bucată de pizza şi uitându-se la reluarea emisiunii preferate. În special dacă şeful tău şi soţia lui urmează să vină la cină într-o oră şi soţul ţi-a promis că va începe să pregătească cina pentru tine.

Eul tău ideal a plănuit totul. Şeful tău şi soţia lui vor sosi la încântătoarea ta locuinţă cu miros de iasomie. Relaxată şi fericită, îi vei întâmpina la uşă. Vei fi îmbrăcată într-o ţinută atrăgătoare de seara, masa din sufragerie va fi împodobită cu şervete de masă cu flori purpurii şi veţi avea aperitive aranjate artistic pe masa de cafea în faţa canapelei. Îi vei prezenta soţului tău, care el însuşi va fi fermecător şi va menţiona întâmplător că un vecin l-a rugat să vă duceţi copii la joacă la o şcoală din apropiere. Soţul tău tocmai i-a făcut baie căţeluşei, Freda, aşa încât aceasta va fi cât mai pufoasă şi prietenoasă şi îi va întâmpina cu o mişcare a cozii înainte de a ieşi pe uşa laterală să se joace în curte.

Mai târziu afli din auzite ce au gândit cu adevărat musafirii tăi despre seara petrecută în casa ta. „Ea era atât de stresată. Se putea vedea aceasta din cuvintele ei", spusese soţia. „Aş vrea ca oamenii să nu ne invite dacă prezenţa noastră e aşa de stresantă pentru ei. Camera lor de zi mirosea a pizza. Te făcea să te întrebi de unde şi-a cumpărat cina, chiar dacă s-a lăudat că e făcută acasă. Puteai

să-ţi dai seama cu siguranţă că soţul ei ar fi preferat să fie oriunde altundeva, numai acasă nu. Privirea lui se îndrepta mereu înspre televizor, până când, în cele din urmă, a spus că trebuie să ducă câinele la plimbare."

A încerca să fii cine nu eşti creează o tensiune enormă asupra ta! Este epuizant şi alţii o văd – în special, soţul tău. Pe măsură ce amândoi vă dezvoltaţi intimitatea emoţională, el ajunge să-ţi cunoască eul adevărat şi lucrurile cu care te confruntţi. Ironia este că, datorită luptelor tale, uneori încerci să-ţi ascunzi eul tău real chiar de bărbatul care te iubeşte cel mai mult! Este ca încercarea de a ascunde de Dumnezeu cine eşti cu adevărat. Nu vei reuşi.

CUPLURILE CARE SUPRAVIEŢUIESC ŞI ÎNFLORESC SUNT CELE CARE MICŞOREAZĂ DECALAJUL DINTRE IDEAL ŞI REAL ÎN VIEŢILE LOR.

Cuplurile care supravieţuiesc şi înfloresc sunt cele care micşorează decalajul dintre ideal şi real în vieţile lor. Ei decid împreună care va fi următorul pas în căsnicia lor. Petrec timp privind în urmă la ceea ce „era" în viaţa fiecăruia, astfel încât pot să avanseze *împreună*. Nu le pasă prea mult de ceea ce gândesc alţii. Le pasă doar de ce gândeşte Dumnezeu şi partenerul de viaţă.

Căci aceasta este ceea ce contează cel mai mult pe termen lung.

CHESTIONAR

O cunoşti pe această femeie?
Te trezeşti vreodată

A. spunând da când vrei să spui nu, nu, *Nu*!?
B. râzând la o glumă pe care nu o înţelegi, pentru ca nimeni să nu se simtă prost (iar tu să nu pari a fi fără simţul umorului)?
C. jurând să nu mai prezidezi din nou bazarul femeilor? (Problema este că ai spus asta şase ani la rând.)
D. zâmbind şi lăudând mâncarea soacrei când de fapt o deteşti total?

E. refuzând să trimiţi somonul înapoi la bucătăria restaurantului când îţi soseşte pe farfurie şi încă mai înoată?

Pentru răspunsurile corecte, vezi pagina 230-231.

Îl cunoşti pe acest bărbat?

A. El are întotdeauna dreptate.
B. Vorbeşte despre femei cu mânie şi lipsă de respect.
C. Când greşeşte, altul e vinovat.
D. Când lucrurile nu merg aşa cum vrea el, îşi iese din pepeni sau se retrage într-o tăcere de gheaţă.
E. După o ceartă, echivalează a face dragoste cu împăcarea.
F. Trebuie să câştige în orice domeniu – în afaceri, la ping-pong şi în dragoste.
G. Adesea se plânge că angajaţii sau şefii lui nu ştiu ce fac.
H. Este abil în a te face să te simţi vinovată, chiar dacă ştii că ai dreptate şi că faci lucrul corect.

Pentru răspunsurile corecte, vezi pagina 231.

EŞTI UNA CARE FACE ALTORA PE PLAC?

Problema voastră, a femeilor, este că atât de multe dintre voi încercaţi să faceţi pe plac altora.[1]

Doriţi să vă asiguraţi că toată lumea e fericită şi încercaţi din greu să-i faceţi pe toţi fericiţi. Dar în acest proces ajungeţi să vă asumaţi greşeala pentru lucrurile, împrejurările sau oamenii asupra cărora nu aveţi control. Este ca şi cum o însoţitoare de zbor primeşte o mulţime de obrăznicii şi insulte din partea unui pasager, iar ea îi răspunde: „Mulţumesc".

Este o continuă jonglare în a încerca să-i ţii pe oameni fericiţi. Şi nu este una sănătoasă. Când femeile, care tind oricum să facă pe plac altora, provin din familii disfuncţionale, situaţia este chiar mai dificilă. Persoana care vrea să placă altora îşi impune obligaţii tot timpul. *Ce e în neregulă cu mine? Ar fi trebuit să finalizez acest proiect la timp,* sau: *Ar fi trebuit să-i iau pe copii. Dacă aş fi făcut-o, Mark nu s-ar fi simţit atât de stresat şi de nefericit. Şi nu ar fi ţipat. Este doar vina mea. Sunt atât de proastă.*

Aşa că de multe ori alergi de la un lucru la altul şi încerci să faci totul dintr-odată datorită acelei voci din interior care îţi spune: *Ar fi trebuit să faci lucrul respectiv mai bine.* Aceeaşi voce îţi fură plăcerea victoriei pe care o simţi după ce ai realizat ceva minunat. Chiar când cineva îţi spune: „Ai făcut o treabă grozavă!", tu te gândeşti întotdeauna: *M-ai aprecia şi dacă nu aş fi făcut-o?* Şi, din acest motiv, ţi-e greu să spui nu. Aşadar, accelerezi mai mult ritmul vieţii.

În acelaşi timp, bărbatul care are nevoie să petreacă timp cu tine se simte neglijat. Pentru că tu eşti orientată relaţional şi petreci permanent timp cu alţii, el este întotdeauna pe ultimul plan. Nu-ţi va spune ce crede, dar ceea ce crede este: *Cred că nu mai sunt foarte important pentru ea.*

Doar pentru că trăim într-o lume în care femeile pot face şi pot fi tot ce doresc – inclusiv chirurgi, avocaţi şi piloţi – aceasta înseamnă că *tu* ar trebui să faci totul? Înseamnă că fiecare oportunitate care ţi se oferă este una bună şi una pe care ar trebui s-o prinzi chiar acum?

Dă-mi voie să-ţi pun o întrebare: dacă soţul tău ar sta în biroul meu de consiliere, oare mi-ar spune: „Dacă sunt norocos, primesc puţină atenţie de la soţia mea între ştirile târzii de noapte şi emisiunea lui David Letterman"?

Dacă ai descoperi că ai un cancer ovarian într-o fază avansată, ce ai face diferit în viaţă? Astfel de întrebări fac diferenţa între detaliile nesemnificative şi atenţia dată doar carierei, şi ceea ce contează cu adevărat, nu-i aşa? Gândeşte-te la aceasta.

Merită să te sacrifici pentru căsnicie şi pentru o viaţă de familie fericită. Trebuie să renunţi la unele lucruri pentru a pune timp deoparte pentru intimitate maritală (vom discuta despre asta mai mult în următorul capitol) şi pentru a fi la dispoziţia copiilor. S-ar putea să trebuiască să conduci o maşină zece ani sau chiar mai mult. S-ar putea să trebuiască să renunţi la concedii scumpe. S-ar putea să trebuiască să-ţi cumperi haine de la magazine second hand, în loc să mergi la magazine scumpe pentru a cumpăra haine de şcoală copiilor.

Dar sacrificiile vor merita. Tu le meriţi. Soţul tău le merită. Şi copiii tăi – cei pe care îi ai sau cei care vor veni – le vor merita.

Soţul tău solid, puternic, este *disperat* ca tu să ai nevoie de el.

Şi dacă nu ai o aventură romantică cu soţul tău, altcineva va avea.

Cum vei accepta această provocare?

BCU IAŞI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

„Limbajul bărbaţilor"

CÂND BĂRBATUL TĂU TÂNJEŞTE CU DISPERARE DUPĂ TINE:

1. Ascultă ceea ce îţi spune.
2. Caută indicii şi urmăreşte limbajul trupului pentru a afla ceea ce *nu-ţi* spune.
3. Nu-l desconsidera, chiar dacă nu este la fel de bun ca tine la anumite sarcini concrete.
4. Gândeşte-te: *Oare aş putea face slujba lui? Cum m-aş simţi dacă aş încerca... şi dacă aş da greş? Sau dacă cineva mi-ar lua acea sarcină, deoarece s-ar teme că nu mă voi descurca?*
5. Arată-ţi în mod fizic aprecierea şi afecţiunea. Nu-l lăsa cu nevoile neîmplinite pentru mult timp. El *are nevoie* cu adevărat de tine.

CÂT DE CENTRAT PE CĂMIN ESTE SOŢUL TĂU?

Dacă un bărbat este centrat pe cămin, probabil că e aşa pentru că regina îl face pe rege foarte fericit. Locul unui bărbat este acasă (chiar dacă nu este castelul lui!). Cu mulţi ani în urmă oamenii spuneau adesea că locul femeii este acasă. Femeile s-au ofensat foarte tare, dar eu cred că locul bărbaţilor este acasă în aceeaşi măsură în care locul femeilor este acasă. Un bărbat poate avea mulţi şefi în afara casei, dar în interiorul ei el are ocazia să asigure o autoritate binevoitoare şi să primească respectul cuvenit. Fiecare bărbat sănătos are nevoie de o casă bună.

Călătoriile mele mă obligă să fiu adesea departe de casă, dar eu sunt foarte centrat pe cămin. Abia aştept să ajung acasă şi, când sunt departe de casă, sun atât de des încât uneori o scot din sărite

pe Sande. „Uite, Leemie", spune ea, „poate că tu eşti pe drum, dar eu am puţin de lucru pe aici!" Pentru mine o zi de vis este să fiu acasă, să tai frunze la câini fără a avea nimic de făcut. Pur şi simplu îmi place să fiu acasă. Nici măcar nu-mi imaginez dorindu-mi să fiu în altă parte.

Dacă sunt un bărbat centrat pe ceva în afara căminului, va trebui să ies din casă pentru a-mi reîncărca bateriile. Voi veni acasă fără tragere de inimă şi, când voi fi acasă, mintea mea va fi altundeva. Voi acţiona ca şi cum nu mi-ar plăcea să fiu acasă şi nu voi avea răbdare cu oamenii care mă „deranjează" când sunt acasă. Soţia mea şi copiii mei vor primi doar resturile, nu atenţia mea cea mai mare.

Dacă sunt centrat pe cămin – în mare parte pentru că acasă mă simt respectat, dorit şi împlinit, şi pentru că am o soţie care se preocupă să-mi fie plăcută mie şi nu altora – voi face orice lucru care îmi va întări căminul, deoarece aceasta este lumea mea cea mai importantă. Nu mă voi gândi de două ori să-mi sacrific prestigiul la birou pentru a fi acasă la timpul cinei. Nu îi voi permite şefului meu să mă forţeze să lipsesc de la meciurile de baschet ale fiului meu sau să ajung acasă prea târziu pentru a-mi înveli copii înainte de culcare. Mă voi asigura ca locuinţa să fie întreţinută, deoarece o casă sănătoasă este ceva important pentru mine – mai important decât orice altceva cu excepţia, probabil, a credinţei mele.

Este soţul tău centrat pe cămin? În loc să-l acuzi, pune-ţi următoarele întrebări:

1. Fac din locuinţa mea un loc în care viaţa este captivantă?
2. Soţul meu se simte respectat, dorit şi împlinit ca bărbat?

Adu-ţi aminte că acestea sunt cele trei nevoi importante ale soţului tău. Totuşi, în ritmul rapid al lumii unei femei este uşor să uiţi de cel care-ţi este cel mai apropiat.

ACŢIONEAZĂ!

- Spune-i partenerului tău de viaţă ce îţi place şi apreciezi la el. Dacă ai copii, fă-o în faţa lor.

- Pune-ţi deoparte o seară pe săptămână doar pentru voi. Noteaz-o pe calendar cu cerneală şi nu lăsa ca nimic să vă schimbe planurile.
- Trimite-i un e-mail cu aluzii de dragoste sau pune-i un bileţel în mâncare sau în servietă, în care să-i spui cât de important este în viaţa ta.

CE POŢI FACE PENTRU SOŢUL TĂU DISPERAT

Femeile se descurcă mult mai bune la sarcini multiple decât noi, bărbaţii. Poţi vorbi la telefon şi în acelaşi timp să pregăteşti masa pentru cină, să schimbi rufele murdare şi să mai adaugi ceva pe lista lucrurilor pe care trebuie să le faci mâine. Toate în timpul care i-ar lua unui bărbat să spună „Alo" la telefon.

Doar faptul să ne urmăriţi ne face să fim cuprinşi de teamă şi, sincer, uneori ne zăpăceşte. Pentru că viaţa voastră include atât de multe detalii şi relaţii şi păreţi a face o treabă minunată, noi ne simţim intimidaţi din cauza voastră. Ne simţim puţin pierduţi, nepotriviţi.

Ştim că, la urma urmei, voi sunteţi cea mai mare binecuvântare a noastră. Şi, dacă ne-aţi întreba, iată ce ne-ar place să vedem că faceţi pentru noi şi pentru voi.

Nu vă implicaţi în mai mult decât puteţi face

În lumea de azi în care există atât de multe opţiuni, este nevoie de hotărâre şi putere de voinţă ca să nu vă implicaţi în mai mult decât puteţi face. În special pentru că sunteţi atât de relaţionale şi programate să jonglaţi cu o mulţime de lucruri odată. Dar când ne dorim timp doar cu voi, noi avem *nevoie* de timp pe care să-l petrecem doar cu voi.

Dacă îţi poţi rearanja programul pentru a petrece timp cu o prietenă, ne-am dori să ne arătaţi aceeaşi importanţă. Ar fi minunat să vă auzim spunând: „Iubitule, mă gândeam la programul meu. Pare atât de plin şi mă gândesc ce aş putea face diferit. N-ai vrea să-mi spui ce ţi-ar place să scot din el? Doresc să fiu mai mult la dispoziţia ta."

În timp ce aţi citit ultimul paragraf, unora dintre voi vi s-a făcut părul măciucă. *Ce vrei să spui? Să fiu mai mult la dispoziţia lui? Cine*

ţi-a dat dreptul să ne dai astfel de sfaturi? Vii cumva din oraşul Neandertalilor? Sau de unde vii, omule?

Opreşte-te chiar acum. Piaptănă-te şi aranjează-ţi părul. Priveşte puţin în jur şi spune-mi ce vezi. Spune-mi ce se întâmplă cu relaţiile oamenilor cu care lucrezi. Spune-mi ce se întâmplă în zona în care stai. Cât de mulţi oameni pe care îi cunoşti trec prin tragedia divorţului chiar acum? Psihologii de succes de azi spun oamenilor: „Tu contezi cel mai mult" şi „Nu uita să-ţi înnoieşti abonamentul la revista *Self*." Mi-ar plăcea să vă reamintesc că mariajul mediu durează şapte ani. Ce te face să crezi că al tău va fi diferit?

Poate consideri că nu se merită să-ţi baţi capul cu unele din conceptele de bază din această carte. Dacă ţi s-a întâmplat chestia cu părul făcut măciucă, poate că ai fost programată sau ţi s-a spălat creierul în această concepţie aproape paranoică despre bărbaţi şi despre interesele lor în relaţii: „Bărbaţii! Toţi sunt la fel!"

Apoi sunt cărţi cum ar fi *The Proper Care and Feeding of Husbands* de dr. Laura, care încurajează femeia să-şi pună bărbatul pe primul plan. Vestea bună este că atunci când ai un soţ care înţelege ideea supunerii reciproce, îţi este mult mai uşor să-l pui pe primul loc! Atunci îţi va plăcea să fii femeie, deoarece bărbatul tău va fi atent cu tine.

Ce gen de lucruri face soţul tău pentru tine care îţi arată că îi pasă cu adevărat de tine? Ce gen de lucruri faci tu pentru el care arată că îţi pasă cu adevărat de el?

Mama lui Sande a murit cu câţiva ani în urmă. Aniversarea ei era în 25 septembrie. Aşa că în 25 septembrie i-am cumpărat lui Sande o felicitare simplă. Singurele cuvinte ale ei erau *Te iubesc.* Am mai adăugat *azi şi în fiecare zi* şi am desenat o săgeată spre *Te iubesc.* I-am dat-o împreună cu câţiva trandafiri roz.

De ce am făcut asta? Pentru că ştiu modul în care gândeşte soţia mea şi vreau să fiu atent la nevoile ei. Vreau ca ea să ştie că îmi amintesc de ziua de naştere a mamei ei. Dacă nu aş fi făcut acest gest, probabil că Sande nu ar fi spus un cuvânt despre acea zi. Şi-ar fi păstrat amintirea pentru ea.

Dar ştiu că aceste lucruri mărunte pe care noi, bărbaţii, le facem în relaţii răspund la întrebările nerostite ale femeii care se

întreabă în fiecare zi: „Mă iubeşti cu adevărat? Îţi pasă cu adevărat de mine?" Pentru Sande, faptul că mi-am amintit de aniversarea mamei ei a răspuns întrebărilor ei nerostite cu un răsunător *da*!

Întrebările Melindei cu privire la dragostea şi grija soţului ei şi-au primit răspuns când Jeff şi-a făcut timp să facă ceea ce ea ştia că el nu are timp să facă: să schimbe lenjeria fiecărui pat din casă şi să le spele în timp ce ea era plecată din oraş, iar el se apropia de un termen limită.

A te gândi în primul rând la soţul tău înseamnă că unele lucruri din casă nu vor fi făcute la timp – cum ar fi ştergerea prafului – câţiva ani, dar nouă bărbaţilor nu ne pasă prea mult de aceasta. Dacă eşti mama unui copil de doi ani şi al altuia de patru luni, am prefera să tragi un pui de somn când copii dorm, în loc să cureţi casa.

Ai doar 24 de ore într-o zi. Gândeşte-te ce e mai important în ultimă instanţă.

TU TREBUIE SĂ TE ÎNGRIJEŞTI DE INIMA TA ŞI DE CĂSNICIA TA.

De ce să nu priveşti la calendarul sau la programul tău chiar acum? Ce este în programul tău azi? Dar mâine? Ce lucruri îţi place să le faci? Ce lucruri aduc stres în viaţa şi în relaţiile tale? De ce să nu pui deoparte o seară pentru a sta şi a analiza ce este cu adevărat important pentru tine?

Dacă nu începi *tu* să tai evenimente de pe listă, îţi garantez că nimeni altcineva nu o va face. Tu trebuie să te îngrijeşti de inima ta şi de căsnicia ta. Dacă îţi simplifici viaţa, soţul tău te va aprecia şi mai mult... şi vei avea bărbatul pe care ţi l-ai dorit dintotdeauna.

Fii creativă!

Viaţa ta nu este aşa cum era când erai singură. Când te-ai căsătorit, ai fost de acord – cel puţin în teorie – că soţul tău va fi prima ta prioritate. Dacă ai copii, ai mai adăugat şi alte responsabilităţi. Şi, în special dacă lucrezi, ai mai adăugat o mulţime de lucruri pe care trebuie să le faci.

Dacă spui: „Nu contează cât mă costă. În 15 ani voi fi în fruntea companiei la care lucrez" sau: „Încă pot lucra ca secretară la biserică", s-ar putea să te angajezi la prea multe lucruri. Dacă faci aceasta, atât tu, cât şi familia ta veţi plăti preţul.

De ce să nu fii creativă? Înainte să-l adopte pe copilaşul lor, Carmen şi soţul ei au călătorit amândoi mult pentru firmele la care lucrau. După ce micuţa Emma a intrat în viaţa lor, Carmen a trebuit să mai lucreze din greu cu normă întreagă pentru a plăti taxele de adopţie. Dar ea a găsit o opţiune creativă în relaţia cu firma ei. Aceasta nu avea suficiente birouri. Ea era foarte bună în munca ei şi putea să facă aproape toată munca de acasă. Au stabilit împreună o înţelegere care prevedea că va fi prezentă la birou doar două ore pe săptămână la şedinţe.

Scopul căsniciei nu este să gândim la fel, ci să gândim împreună.

– Autor necunoscut

„Desigur, mi-am pierdut biroul", spune Carmen râzând. „Colegii mei de muncă spuneau că aveam cel mai bun birou. Nu le venea să creadă că am renunţat la el. Dar am făcut cea mai bună afacere pe termen lung. Mi-am păstrat norma întreagă, avantajele asigurării medicale şi privilegiul de a fi acasă tot timpul cu fiica mea. E foarte improbabil că îmi voi primi vreodată biroul înapoi, dar nu-mi pasă. Priorităţile mele s-au schimbat de când Emma a intrat în viaţa noastră. Promovarea în profesie era lucrul cel mai important pentru mine, dar nu mai este."

Acum, în epoca computerelor, este mai uşor pentru o femeie să lucreze acasă. Aşa că, de ce să nu încerci opţiuni creative? Lucrează o zi mai puţin pe săptămână şi foloseşte acea zi pentru a face comisioane, astfel încât să nu trebuiască să le faci seara sau în week-end, când magazinele sunt mai aglomerate.

Asistenta mea, Debbie, lucra cu mine într-un birou. Eu aveam întreg etajul trei al unei clădiri cu trei etaje pe strada principală din Tucson. Aveam chiar numele scris pe clădire cu litere de 40 de centimetri. Se putea vedea de pe şosea. Dar acum toate acestea s-au dus. Îmi apreciez secretara atât de mult încât, pe măsură ce nevoile ei s-au schimbat, m-am schimbat şi eu împreună cu ea. Când mi-a împărtăşit cât de greu îi era să-şi ducă fiica la şcoală,

deoarece şi soţul ei lucra, am fost bucuros să schimbăm programul. Astăzi Debbie lucrează doar acasă. Este un aranjament minunat pentru amândoi, deoarece şi eu pot să stau acasă cât mai mult timp. Îmi place să pot să o duc şi să o aduc cu maşina la şcoală pe fiica noastră, Lauren, în zilele când nu sunt plecat.

Pune-l pe primul lor, înaintea copiilor

Să spunem că mă aflu la o depărtare de trei state de casă şi îmi sun soţia. Am doar cinci minute între întâlniri, dar vreau cu adevărat să comunic cu ea. În timpul scurtei noastre conversaţii sunt întrerupt de cinci ori de copii. După un timp mă satur şi spun: „Ne vedem mai încolo." Închei convorbirea şi nu scot la iveală ce doream să-i spun.

Dacă le permiţi copiilor să-ţi întrerupă discuţia cu soţul tău, aceasta îi spune soţului tău că pentru tine nevoile altora sunt mai importante decât ale lui.

El îşi doreşte foarte mult să spui copiilor: „Nu acum. Vorbesc cu tatăl vostru."

Aceasta ar arăta că ceea ce are el de spus este important pentru tine şi că amândoi aveţi aceeaşi poziţie faţă de copii. De asemenea, îi spune inimii lui de băieţel: *Nu sunt doar o pacoste şi ceva ce trebuie bifat în timpul zilei. Tu mă apreciezi pentru ceea ce sunt.*

Copiii sunt mari maeştri în a separa. Ei vor concura unul cu altul şi cu soţul tău pentru atenţia ta. Ei sunt ca Avis, o companie de închirieri de maşini a cărei slogan este: Noi depunem un efort mai mare.

Ce trebuie să modeleze fiecare cuplu în faţa copiilor: suntem împreună, nu ne puteţi separa.
– Josh Billings

Aşadar, nu permite copiilor tăi să te întrerupă când vorbeşti cu soţul tău. Dacă e nevoie, aruncă-le o privire aspră. Pune-i la locul lor (locul doi, imediat după tati). Fă-i să înţeleagă că, atunci când tata şi mama vorbesc, discuţia lor este importantă. Orice altceva ar avea de spus copiii în afară de: „Casa a luat foc!" – mai poate aştepta.

Va veni o zi când cuibuşorul tău va fi gol. Când te vei uita la soţul tău, nu vei vrea să aveţi ce să vă spuneţi unul altuia? Atunci

nu acorda toată atenţia doar copiilor. Noi, bărbaţii, înţelegem că uneori copiii trebuie să aibă prioritate – când sunt foarte mici sau bolnavi. Dar dacă *întotdeauna* ei sunt pe primul loc, noi, bărbaţii, ajungem disperaţi.

Lasă-l să sufle puţin, *apoi* cere-i ajutorul

Voi, doamnelor, aveţi unele zile dificile. Şaptezeci şi două de procente dintre voi, cele care aveţi copii sub 18 ani, mergeţi la lucru. Nu doar că aduceţi bani acasă, dar mai faceţi şi alte 1200 de lucruri în acelaşi timp. E de mirare că, atunci când soţul tău intră pe uşă, îl vezi ca cel mai grozav aruncător la baseball? Şi eşti mai mult decât dornică să-l laşi să-ţi preia treburile... imediat.

„Oh, ai ajuns acasă! Sunt atât de bucuroasă. Poţi avea grijă de copii în timp ce termin cina şi dau nişte telefoane?"

Dar majoritatea bărbaţilor au nevoie de timp să-şi revină după ce au venit de la lucru şi nu sunt prea receptivi la o astfel de sugestie. Ei au nevoie ca mai întâi să facă un duş şi să se deconecteze de muncă. Totuşi, după ce şi-a făcut duşul şi coboară scările, dacă încă se uită pierdut, ai putea spune: „Copii, ştiu că vreţi să vă jucaţi cu tati, dar el are nevoie mai întâi de ceva timp să se relaxeze."

ESTE UIMITOR CEEA CE VOM FACE NOI, BĂRBAŢII, CÂND NE VOM SIMŢI RESPECTAŢI ŞI BĂGAŢI ÎN SEAMĂ.

Ştii ceva? Bărbatul tău va accepta de obicei provocarea, deoarece, în mintea lui, l-ai cinstit punându-l pe primul loc. Ai intervenit pentru el şi de fapt ai spus într-un mod prietenos: „Copii, daţi-vă înapoi. Tati e pe primul loc şi merită o pauză." În mod ironic, aceasta îl va face să fie dornic să se joace cu ei: „Veniţi, copii, e în ordine. Nu sunt obosit. Să mergem în curte şi să aruncăm nişte mingi la coş până mami termină cina. Sunteţi de acord? E în ordine, iubito?"

Lumina inimii unui bărbat poate fi percepută prin ochii unei femei.

– Autor necunoscut

Este uimitor ceea ce vom face noi, bărbaţii, când ne vom simţi respectaţi şi băgaţi în seamă. Ca soţul care şi-a

dus cele trei fete în parc în ziua lui liberă şi şi-a lăsat soţia acasă, ca să poată sta liniştită singură. În acea zi ea lua o pauză mentală – putea să bea ceai, să stea cu picioarele întinse, să asculte muzică şi să prindă câteva raze de soare în timp ce citea o carte bună sau trăgea un pui de somn.

Poţi fi sigură că, atunci când soţul a ajuns acasă, a avut o soţie foarte fericită. Şi, pentru că ea era fericită, de asemenea, a fost mai dornică să-şi culce copiii devreme, ca să poată avea şi ei sărbătoarea lor.

CE POATE FACE UN BĂRBAT PENTRU CA SOŢIA LUI SĂ SE SIMTĂ IUBITĂ

1. Ajut-o la prepararea cinei, spală vasele, pune masa. În felul acesta înţeleg femeile: „Te iubesc".
2. Curăţă mizeria pe care n-ai făcut-o tu... fără a-ţi lua o figură de martir şi fără a ofta.
3. Urmăreşte broaştele din grădină împreună cu copiii pentru a putea să aibă şi ea o pauză.
4. Înţelege că, atunci când intri în casă după ce vii de la muncă, aparţii familie tale. Aşadar, deconectează-te de muncă *înainte* de a ajunge acasă, dacă acest lucru este posibil.
5. Când iei decizii, consult-o şi pe ea. Soţia ta nu doreşte să se simtă neglijată.

CE POATE FACE O FEMEIE CA SOŢUL EI SĂ SE SIMTĂ RESPECTAT

1. Pune copiii în pat când e timpul de culcare (chiar mai devreme, dacă soţul tău are acea sclipire în ochi...)
2. Ia câteva pauze în timpul zilei ca să nu fii extenuată când ajunge el acasă.
3. Nu-l lăsa să aştepte, spunându-i: „Nu acum", când este drăgăstos cu tine. Uneori trebuie să uiţi de programul tău şi să-i împlineşti acea nevoie. Alteori, când acest lucru este imposibil în acel moment, ai spunea să-i spui cu o voce sexy: „Poţi fi sigur că şi eu te doresc. Să stabilim deci pentru ora şapte? Voi fi pregătită pentru tine... şi mă voi gândi la tine toată ziua."

Uneori noi, bărbaţii, pricepem greu. Totuşi iată vestea bună: putem fi educaţi! Şi am face orice pentru a primi atenţia voastră. Atât de mult contaţi pentru noi.

BCU IAȘI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

AL CINCILEA LUCRU
PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

„M-am gândit la sex de 33 de ori azi şi încă nu e nici la amiază."

Bărbaţii sunt programaţi diferit şi dintr-un motiv foarte bun!

• • •

Un bărbat de 35 de ani stătea în biroul meu de consiliere. Părea foarte tulburat.

„Nu mă pot abţine", recunoştea el. „Îmi place să privesc femeile care trec pe stradă. Deunăzi a trecut o brunetă superbă. M-a excitat..." A lăsat capul în jos. „Ştii ce vreau să spun. Şi nici măcar nu încerc să privesc... pe cuvânt! Îmi iubesc soţia. Ce nu e în regulă cu mine?"

Ştii ceva? Nu e *nimic* în neregulă cu acest bărbat!

Înainte ca ţie, soţia lui, să înceapă să ţi se facă părul măciucă, ascultă-mă până la capăt. Ceea ce îţi voi arăta în acest capitol este unul din lucrurile cele mai importante pe care trebuie să le ştii despre bărbatul tău.

Ştii câte dintre cele mai frumoase părţi ale corpului create de Dumnezeu a privit soţul tău astăzi? Dacă conduce o oră pentru a ajunge la locul de muncă el este bombardat cu panouri care vând orice, de la mâncare pentru câini până la filtre de ulei. Dar toate aceste reclame au ceva în comun – o femeie zâmbitoare, sexy. Fiecare loc pe lângă care trece soţul tău este plin de aceste imagini. Nu poate merge la frizer fără a fi inundat de reviste cu femei cu

„vino-ncoa". Bulevardul Madison foloseşte corpul uman pentru a vinde orice.

Şi aceasta generează o luptă în interiorul soţului tău. O bătălie zilnică împotriva adulterului.

Ca atunci când eu şi prietenul meu Moonhead am mers să urmărim meciul celor de la Bufalo Bills şi o femeie tânără s-a aplecat în faţă, astfel încât fundul ei era la 20 de centimetri de faţa mea. L-am înghiontit pe Moonhead. „Hei, Moon, tocmai am comis adulter." Femeia era încă aplecată. Şi i-am spus lui Moonhead: „Am comis adulter din nou." Am privit unul la celălalt şi am râs.

„Stai o clipă, dr. Leman", ai putea spune. „Cum poţi fi atât de uşuratic cu privire la adulter? Sunteţi căsătorit şi vă uitaţi la *fundul* altei femei? Dacă aş fi fost soţia dumneavoastră..."

Iată ce vreau să spun. Moonhead şi eu am râs, deoarece amândoi ştiam că este o luptă pe care noi, bărbaţii, o ducem în fiecare zi. Recunoaşterea ei ne ajută mult să o punem într-o perspectivă corectă.

Există o mare diferenţă între bărbaţi şi femei în ce priveşte modul în care sunt programaţi sexual. Să spunem că tu şi prietena ta sunteţi la cumpărături la supermarket şi trece pe lângă voi un tip arătos. Poate că tu şi prietena ta schimbaţi un zâmbet şi vă ridicaţi sprâncenele în semn de apreciere, dar acea întâlnire s-a terminat. Nu a fost nicio atingere, nicio relaţie – nimic personal care să vă implice emoţiile şi viaţa în continuare. Cel mai probabil că nu vă veţi mai gândi niciodată la acel bărbat. (Observaţi că, în cazul femeilor, aventurile au loc atunci când un bărbat le arată amabilitate, le înţelege nevoile şi mai întâi le atinge inima. Toate aceste acţiuni au loc de obicei înainte să se ajungă la sex).

Dar amintiţi-vă, bărbaţii nu sunt centraţi relaţional. Ei se identifică cu lucruri. Ei sunt stimulaţi vizual prin privire. Aceasta înseamnă că tot ce vede soţul tău i se imprimă în minte. Aşadar, dacă vede la metrou o femeie atrăgătoare într-o rochie roşie, s-ar putea să revadă acea femeie în gândurile lui din nou târziu în acea noapte, o săptămână mai târziu, chiar o lună mai târziu.

Şi iată remarca usturătoare. Acea imagine îi va reveni în minte *chiar dacă are o căsnicie fericită.*

SĂ-MI FACĂ MIE ASTA ÎNCĂ O SINGURĂ DATĂ...

Bărbaţii au în medie 33 de gânduri sexuale pe zi. Când i-am spus aceasta lui Sande, a spus: „Asta e ceva patologic".

Poate că şi tu spui acelaşi lucru şi te gândeşti: *Eu mă gândesc la sex doar atunci când aduce el subiectul în discuţie.*

Atât bărbaţii, cât şi femeile, au fost creaţi pentru a se bucura de sex. Daţi-mi voie să mă opresc aici şi să clarific un aspect foarte important. Cred din toată inima că

1. sexul aparţine căsniciei.
2. sexul aparţine doar căsniciei – între un bărbat şi o femeie care şi-au luat angajamentul de a fi împreună pentru toată viaţa.

Aşa a conceput Dumnezeu sexul, şi din motive foarte bune. Singurul „sex sigur" – atât din punct de vedere emoţional, cât şi fizic – are loc în cadrul căsniciei. „Relaţia sexuală sănătoasă" este relaţia sexuală aşa cum a intenţionat-o Dumnezeu.

Poate crezi că sunt o relicvă a perioadei victoriene de altădată, dar cred că mariajul este singurul context în care ar trebui să aibă loc o relaţie sexuală. Este planul lui Dumnezeu pentru un bărbat şi o femeie să-şi făgăduiască vieţile unul celuilalt, să se încurajeze unul pe altul, să se susţină şi să fie loiali în totalitate unul celuilalt în toate domeniile vieţii, inclusiv sexual, atâta vreme cât trăiesc.

DUMNEZEU A CREAT SEXUL PENTRU A FI O EXPERIENŢĂ PUTERNICĂ, CE DECLANŞEAZĂ EMOŢII EXTREM DE PUTERNICE.

Dumnezeu a creat sexul pentru a fi o experienţă puternică, ce declanşează emoţii extrem de puternice. Sexul nu a fost intenţionat a fi un act impersonal. Fie că îţi place, fie că nu, devii legat emoţional de partenerul cu care întreţii relaţii sexuale. Pentru acelea dintre voi care aţi avut parteneri sexuali înainte de căsătorie, aceasta explică de ce aveţi secvenţe cu amintiri ale experienţelor voastre sexuale de dinainte şi de ce uneori vă este dificil să răspundeţi sexual soţilor voştri.

Relaţia sexuală la întâmplare este periculoasă – fizic, mintal şi

emoţional. Cercetările sunt elocvente. Un studiu la nivel naţional a peste 1800 de cupluri căsătorite a indicat faptul că „probabilitatea de a ajunge la divorţ era de două ori mai mare pentru cuplurile care coabitaseră înainte de căsătorie, faţă de cele care nu trăiseră împreună înainte de căsătorie. Mai mult, coabitarea înainte de căsătorie era legată de nivele mai scăzute de interacţiune după căsătorie şi de nivele mai ridicate de neînţelegeri şi instabilitate maritală."[1]

De aceea, sexul ar trebui să fie practicat doar cu cineva pe care îl iubeşti profund, şi, dacă iubeşti acea persoană destul de profund pentru a avea sex cu ea, atunci ar trebui să o iubeşti suficient de mult ca să-i dedici viaţa ta prin căsătorie.

Îmi place versetul acela ascuns în penultima carte a Bibliei: „Rămâneţi întotdeauna în perimetrul în care dragostea lui Dumnezeu vă poate ajunge şi vă poate binecuvânta."[2] Fidelitatea în domeniul sexual nu se referă doar la a-ţi ţine mâinile departe de o prăjitură minunată. Înseamnă a rămâne în limitele pe care le-a stabilit Dumnezeu din motive foarte întemeiate. Înseamnă a te bucura de a relaţie deplină şi onestă în care Dumnezeu te poate binecuvânta. Şi El te poate binecuvânta doar dacă actul sexual are loc în cadrul căsniciei.

FEMEILE AU NEVOIE DE UN MOTIV PENTRU A FACE SEX. BĂRBAŢII AU NEVOIE DOAR DE UN LOC.

S-a spus că femeile au nevoie de un motiv pentru a face sex. Bărbaţii au nevoie doar de un loc. Bărbaţii au nevoie cu adevărat de sex şi sunt proiectaţi să aibă nevoie de sex, să se gândească la el şi să caute să facă sex. Un bărbat căsătorit şi sănătos nu poate fi împlinit fără el. Gândiţi-vă o clipă la aceasta, doamnelor: Dacă procrearea rasei umane ar fi lăsată doar în seama voastră, ar veni pe lume mult mai puţini bebeluşi!

Bărbaţii sunt programaţi de Dumnezeu să se bucure de formele feminine. Este normal ca un bărbat care îşi iubeşte soţia să treacă pe lângă o femeie frumoasă îmbrăcată într-o rochie roşie şi să se gândească: *Uau, e superbă.* Sau să-şi întoarcă capul în restaurant să urmărească o tânără într-o fustă mini roşie.

Soţia care gândeşte: *Cum ai putut face asta? E atât de murdar!*, nu a înţeles ideea.

Soţia care gândeşte: *Aşadar, se uită după femeile în roşu? Hmm, ce am în dulap?*, a prins ideea. Mai târziu, fără îndoială, ea va capta atenţia deplină a soţului ei purtând acea rochiţă roşie ascunsă în fundul dulapului.

Statisticile susţin ceea ce urmează să vă spun. Ceea ce se petrece în viaţa voastră sexuală este un bun indicator a ceea ce se petrece în celelalte domenii ale căsnicie voastre. De aceea am scris o carte intitulată: *Sheet Music: Uncovering the Secrets of Sexual Intimacy in Mariage* despre acest subiect. Merită să vă puneţi deoparte câteva seri ca s-o citiţi, atât tu cât şi partenerul tău.

Dar daţi-mi voie să fac următoarea afirmaţie: soţul tău nu se satură de tine. Adu-ţi aminte de vechiul cântec al lui Captain şi Tennille: „Mai fă-o o dată. O singură dată nu e niciodată destul cu un bărbat ca tine." Asta îşi doreşte foarte mult soţul tău să te audă spunând. Este limbajul viselor lui, deoarece îi plasează nevoile pe primul plan.

CE FACE SEXUL PENTRU UN BĂRBAT

Sexul îi dă energie unui bărbat. Îi clădeşte încrederea şi îi sporeşte sentimentul general de bunăstare. Dacă are o slujbă care nu-l împlineşte, el obţine tăria să continue, deoarece ştie că munca lui are un scop... şi că la sfârşitul unei zile lungi îl aşteaptă ca răsplată o soţie doritoare.

Sexul este un egalizator minunat în viaţa unui bărbat. Dacă se întâlneşte cu contabilul şi are fonduri puţine pentru impozitul pe venit sau dacă primeşte o evaluare slabă a muncii depuse, faptul că vine acasă la o soţie care îl doreşte îmbunătăţeşte toate lucrurile. Este uimitor ce lucruri poate vindeca sexul în cazul bărbaţilor – totul de la viruşi, infecţii bacteriene, impetigo, varicelă, gripă şi, cel mai important, orice problemă din căsnicie. De exemplu, dacă s-a certat cu soţia şi, mai târziu în acea zi fac dragoste, toate problemele lui au dispărut. S-au rezolvat de la sine. Problema este că pentru cealaltă jumătate a relaţiei – femeia – problemele nu se rezolvă până când nu sunt discutate!

Dar dacă refuzi avansurile sexuale ale soţului tău, vei avea parte de răzbunările lui.

Să spunem că îţi vezi soţul lungit pe canapea când tu ai un milion de lucruri de făcut. Îi spui: „Scumpule, poţi să o duci pe mama să-şi facă cumpărăturile?"

El abia se uită în sus. „Nu, nu pot."

„De ce nu? Doar te uiţi la meci."

„Sunt ocupat."

„Nu pari ocupat."

„Nu-mi pasă cum par a fi. Sunt ocupat. Dacă mama ta trebuie să meargă la cumpărături, de ce n-o duci tu?"

Ce se petrece aici?

Este o reacţie întârziată. Ce e drept, este o lovitură gratuită, dar ea se petrece tot mereu. Soţul raţionează: *Ieri mi-a refuzat avansurile, prin urmare eu o voi refuza azi.*

Gândeşte-te la aceasta în felul următor. Într-o societate democratică, dacă tu ai dreptul să mă refuzi, ce drepturi am eu? Nu am dreptul să te refuz şi eu?

EL SPUNE: „COPIII VOR FI ACASĂ ASTĂ-SEARĂ?"

Vrea să spună: Vreau să ne iubim, să ne giugiulim şi să ne facem de cap în pat fără să fim deranjaţi.

După cum se ştie, noi bărbaţii acţionăm uneori ca nişte băieţei. Nu spun că este un lucru bun sau de apreciat, dar aşa suntem noi. Te-ai căsătorit cu un bărbat real. Pe de altă parte, şi noi suntem căsătoriţi cu o femeie reală. Şi soţul tău *tânjeşte* după sex.

Unul din lucrurile cele mai iubitoare şi mai sfinte pe care îl poţi face în căsnicie este să fii receptivă faţă de sexualitatea soţului tău. Dacă eşti aşa, îl ajuţi să-şi facă munca. Vedeţi, bărbaţii obţin o satisfacţie mare din faptul că se îngrijesc de familiile lor. Şi una din sarcinile soţului tău este să fie iubitul tău.

Vrei un bărbat care vine pe lângă tine, stă în jurul tău, şi este sufletul tău pereche? Un soţ care merge la culcare cu un zâmbet pe faţă, gândindu-se: *Sunt cel mai fericit bărbat din lume?*

Atunci învaţă să fii o iubită generoasă. Aceasta va întări căsnicia voastră şi satisfacţia lui.

CHESTIONAR

Ce ne spun cercetătorii despre preferinţele bărbaţilor cu privire la timpul pentru sex?

A. În orice zi, în orice vreme
B. La începutul zilei
C. La sfârşitul zilei
D. Întreaga zi

Pentru răspunsurile corecte, vezi pagina 231.

Ce ne spun cercetătorii despre preferinţele femeilor cu privire la timpul pentru sex?

A. În orice zi, în orice vreme
B. Dimineaţa devreme, înainte de a se pieptăna şi de a-şi face machiajul, pentru ca acesta să nu se strice
C. După o cină romantică
D. După ce copiii sunt înveliţi în pat
E. Când copiii nu sunt acasă

Pentru răspunsurile corecte, vezi pagina 232.

ÎŢI IUBEŞTI TRUPUL?

Când am menţionat mai devreme în acest capitol că îţi poţi îmbrăca rochiţa roşie pentru a-ţi seduce soţul, pariez pe orice vrei că te-ai gândit: *Da, bun. Dar cu siguranţă nu am silueta femeii în roşu care a trecut şi după care şi-a întors capul.*

Ştiţi ceva, doamnelor? Soţii voştri doresc ca voi să vă îngrijiţi, dar acele kilograme în plus pe şolduri şi pe coapse şi faptul că aveţi sânii mici nu contează pentru ei. Ceea ce doresc ei este o femeie doritoare în pat. Faptul că eşti o soţie doritoare ia acele kilograme în plus ale siluetei tale (sau le adaugă la locul potrivit!) şi te face să arăţi chiar mai atractivă pentru soţul tău.

FAPTUL CĂ EŞTI O SOŢIE DORITOARE IA ACELE KILOGRAME ÎN PLUS ALE SILUETEI TALE (SAU LE PUNE LA LOCUL POTRIVIT!) ŞI TE FACE SĂ ARĂŢI CHIAR MAI ATRACTIVĂ PENTRU SOŢUL TĂU.

Doar faptul că se uită la tine îl stârneşte puternic pe soţul tău. În ochii lui, tu te ridici la înălţimea aşteptărilor – şi o faci foarte bine. Aşadar, nu-l priva pe soţul tău de plăcerea de a te privi!

Dacă te deranjează să arăţi „prea dezbrăcată" (deşi există umor chiar în această expresie. Ori eşti dezbrăcată, ori nu eşti!), de ce nu reduci lumina, dacă aceasta te ajută? Dar nu o redu prea mult, pentru ca el să se poată bucura de vederea formelor tale.

Ai permite altcuiva să te critice aşa cum te critici tu însăţi?

– Thomas Cash, *The Body Image Workbook*

De ce este atât de dificil pentru o femeie să-şi arate trupul, şi în special în faţa bărbatului pe care îl iubeşte cel mai mult?

O femeie nu-şi formează uşor o imagine pozitivă cu privire la trupul ei – cel puţin nu majoritatea femeilor cu care am vorbit eu. După un sondaj al revistei *Psychology Today*, mai mult de jumătate din femeile din America nu sunt mulţumite de înfăţişarea lor generală.[3] Din practica mea suspectez că procentajul este *mult mai mare*. Fiecare femeie care ştie că este corect din punct de vedere politic să-şi accepte corpul, totuşi, în intimitatea ei, are o tendinţă de a se uita în oglindă şi a se cutremura.

De ce? Oriunde mergi, vezi femei care nu seamănă cu tine. Te uiţi la un serial de televiziune şi mamele din acel serial poartă mereu jerseuri strâmte cu decolteu. Te uiţi la sânii tăi mici şi apoi la coapsele tale care se tot măresc şi te gândeşti: *De ce nu pot lua câteva kilograme de aici să le pun acolo?*

Sau poate ai făcut burtă şi ţi-e frică că, dacă vei îmbrăca o lenjerie sexy, soţul tău va râde de tine, în loc să se excite? Poate ai născut trei copii şi porţi semnele întinderii şi kilogramele care arată acest lucru. Aşadar, chiar dacă soţul tău îţi spune că trupul tău încă îl excită, tu eşti reticentă să i-l arăţi în întregime.

Iată ironia. Tu presupui că soţul tău nu va fi excitat de trupul tău, deoarece nu arăţi ca modelele din reviste. Dar ştii ceva? Nici soţul tău nu arată ca bărbaţii din reviste! Toate acele poze ale modelelor au fost retuşate! Aceasta le face să nu reprezinte oameni reali! Dar soţul tău este real şi aşteaptă să te iubească.

În întregime.

CUM ŢI-A AFECTAT TATĂL TĂU CONCEPŢIA DESPRE SEX

Pentru acelea dintre voi care aţi crescut într-un cămin foarte strict, tradiţional, şi aţi fost învăţate cu stricteţe care părţi ale trupului sunt interzise, este greu să schimbaţi macazul în noaptea nunţii. Poate aţi fost învăţate că sexul este ceva despre care nu se discută niciodată. Concepţia voastră poate că este: „Da, sexul este necesar pentru popularea lumii, dar în restul timpului să pretindem că nici măcar nu există!"

Dă-mi voie să te întreb: au fost părinţii tăi plini de afecţiune unul faţă de celălalt? Ai avut genul de mamă care întotdeauna a lovit mâinile tatălui tău când încerca să flirteze cu ea? Tatăl tău a fost neobişnuit de distant faţă de tine şi faţă de mama ta? Îşi folosea mâinile doar pentru a răni şi niciodată pentru a mângâia? Mai important, cum a influenţat educaţia primită concepţia ta despre viaţa sexuală cu soţul tău?

Sau poate ai văzut materiale pornografice în dormitorul tatălui tău. Imaginile s-au imprimat în mintea ta. Şi aşa a făcut şi comportamentul tatălui tău când te-a abuzat sexual. Folosirea pornografiei şi abuzul sexual merg adesea mână în mână. Ai fost atât de dezgustată de sex, încât ai spus: „Eu nu voi face niciodată aşa ceva." Dacă ai fost abuzată sexual, este aproape imposibil să te încrezi în alt bărbat. Fiecare atingere o simţi ca un viol, chiar dacă ştii că soţul tău te iubeşte. Eşti paralizată de rana şi ruşinea suferite. Şi atât tu, cât şi soţul tău, plătiţi pentru ceea ce s-a întâmplat în trecut (fie că el ştie sau nu despre aceasta.)

În mod ironic, motivul pentru care se căsătoreşte o femeie care a fost abuzată este să evite sexul. Dacă soţul ei este un tip drăguţ, ea ştie că el nu o va folosi şi nu o va abuza, aşa că ea îşi imaginează că, odată căsătorită, va putea să spună la revedere sexului şi că nu va trebui să se îngrijoreze din nou cu privire la el.

Dacă acesta este cazul tău, şi dacă ai fost abuzată în trecut, îţi recomand să citeşti cartea dr. Dan Allender, *The Wounded Heart*, care cred că este cea mai bună carte de pe piaţă despre acest subiect. O altă carte pe care fiecare femeie trebuie s-o citească este *Conversaţii intime: Conversaţii de la femeie la femeie*, de Linda Dillow şi Lorraine Pintus.

Dacă ai o relaţie sănătoasă cu tatăl tău, vei avea o încredere mai mare în soţul tău şi vei avea mai puţine inhibiţii în pat. Ţi se va părea natural şi te vei simţi în siguranţă să te dărui pe deplin soţului tău.

Chiar dacă ai mai pus câteva kilograme pe tine şi chiar dacă sarcina a schimbat silueta ta de clepsidră.

DARUL SEXULUI

Dumnezeu a creat sexul

1. ca tu să poţi crea viaţă.
2. pentru unitate intimă.
3. pentru cunoaştere.
4. pentru plăcere.
5. ca protecţie împotriva ispitei.
6. pentru mângâiere.

Indiferent în ce situaţie te afli azi, fii sigură că Dumnezeu este un Dumnezeu care răscumpără. El tânjeşte să-ţi arate că darul Lui poate fi erotic, împlinitor, liber şi frumos. Dar, ca să te poţi bucura de relaţia sexuală în căsnicia ta, trebuie să renunţi la casetele mentale care îţi transmit orice mesaj ce intră în conflict cu vocea lui Dumnezeu. Trebuie să auzi doar vocea Lui... Şi, dacă Îi ceri, El va răscumpăra darul Lui minunat în viaţa ta şi va înnoi toate lucrurile.

– Linda Dillow şi Lorraine Pintus.*

* Adaptare din *Conversaţii intime: Conversaţii de la femeie la femeie*, de Linda Dillow şi Lorraine Pintus

CÂT DE MULT TIMP ÎŢI IA?

Te-ai făcut vreodată cu rimelul când soţul tău a venit din spate şi ţi-a cuprins sânul cu mâinile? L-ai lovit vreodată peste mână, spunându-i scurt: „Nu acum!"

De ce *nu* acum?

Cât timp ia să mângâi un sân? Zece secunde? Douăzeci de secunde? Chiar nu poţi să-i acorzi soţului tău acest timp?

Ştiu că te gândeşti: *Nu înţelegi, dr. Leman. Dacă îl las să-mi atingă sânii, în zece secunde voi sta pe spate privind la tavan. Hainele mele vor fi aruncate peste tot pe jos, părul îmi va fi ciufulit şi va trebui să-mi refac machiajul. Apoi voi întârzia la muncă.*

Te-ai gândit că a întârzia la muncă o dată sau de două ori pe an este exact lucrul de care are nevoie căsnicia ta?

Dar de multe ori soţul tău doreşte doar o senzaţie erotică. Aşadar, data viitoare surprinde-l întorcându-te spre el şi dă-i tu o senzaţie erotică.

Este o mare diferenţă între o soţie care îndepărtează mâna soţului şi una care chicoteşte neastâmpărată, implicându-se chiar într-un minut sau două de mângâieri amoroase doar ca să-i şoptească în ureche: „E atât de delicios, dar, din nefericire, trebuie să mă pregătesc pentru muncă. Să o lăsam pentru deseară, când vei obţine tot ce vrei şi încă mai mult." A doua femeie îşi va împlini bărbatul, chiar dacă va rămâne îmbrăcată şi îşi va păstra coafura neatinsă. Prima soţie îl va face pe soţul ei să se simtă neimportant şi îi va eroda masculinitatea, totul de dragul a 60-90 de secunde.

Este un timp care o va costa mult.

PRIMELE ZECE MODURI ÎN CARE POŢI ŞTI CĂ LUNA DE MIERE S-A TERMINAT

#10 Scurta partidă de sex dinainte de cină s-a transformat într-o băutură înainte de cină.
#9 Staţi lângă foc să vă încălziţi.
#8 El poartă aceeaşi lenjerie de corp trei zile la rând şi acelaşi tricou patru zile la rând.
#7 Capul tău se lasă pe pernă şi spui: „Sex." Capul lui se lasă pe pernă şi spune: „Sex." Acum că aţi făcut sex, mergeţi la culcare.
#6 Durata medie a unui sărut este o zecime de secundă sau mai puţin.
#5 Ultima floare pe care ai văzut-o a fost la înmormântarea unchiului tău.
#4 L-ai privit citind toată pagina de sport la micul dejun.
#3 El observă că ţi-ai tăiat şi ţi-ai vopsit părul abia după 16 săptămâni.
#2 Acum dormiţi toată noaptea.
#1 El nu mai dansează pentru tine când iese de la duş.

DE CE NU ACUM?

Am o veste pentru tine: „Şi bărbaţii au sentimente!" Ei sunt mai fragili decât îşi dau seama cele mai multe femei. Ei vor să vă facă

pe plac şi sentimentele le sunt rănite mult mai uşor decât vor şti vreodată majoritatea femeilor.

Vrei să-ţi tratezi soţul într-un mod deosebit? Data viitoare când vine pe la spate şi îţi atinge sânul cu tandreţe, aşteptându-se să-l dai la o parte, lasă-l s-o ţină acolo câteva secunde. Când, în cele din urmă şi-o retrage, strigă-i tare: „Hei!"

ŞI BĂRBAŢII AU SENTIMENTE!

Când i-ai captat atenţia spune-i: „L-ai uitat pe celălalt."

Sau, încă şi mai bine, condu-i mâna spre o altă parte favorită.

Va fi o conversaţie pe care soţul tău nu o va uita niciodată.

Vezi, bărbaţii *gândesc* diferit. Când o văd pe Sande aplecată pentru a scoate vasele din spălător, spun ceva de genul: „Vrei să ştii cu adevărat la ce mă gândesc chiar acum?"

„Nu, Leemie", va spune ea, „*Nu vreau* să ştiu ce gândeşti. Du-te şi caută-ţi ceva de făcut."

Doar simpla vedere a unei femei aplecate (adu-ţi aminte de anecdota despre femeia de la meciul celor de la Buffalo Bills) are un efect profund asupra unui bărbat. Noi suntem creaturi vizuale şi am fost bombardaţi cu indicii vizuale întreaga zi. Acestea, în combinaţie cu testosteronul care ne străbate trupurile, ne fac să trăim într-o stare de alertă sexuală.

Iată un alt scenariu. Dacă îi spun lui Sande acelaşi lucru când este aplecată la spălătorul de vase, ea ar putea spune: „Leemie, se pare că ai acest obicei de a te excita uneori când nu ai nicio şansă de a fi satisfăcut. Dar iată ce îţi spun: în noaptea asta vei avea de lucru. Abia aştept. De fapt, nu aştept nimic cu mai mută nerăbdare."

Când Sande reacţionează astfel, este chiar mai bine decât dacă ar ceda imediat! Ştii de ce? Ea foloseşte puterea anticipării. Şi, pentru un bărbat, din punct de vedere emoţional, anticiparea este chiar mai bună decât participarea.

Te surprinde aceasta? Gândeşte-te puţin. Cât durează participarea? Zece minute pentru o partidă scurtă? Douăzeci de minute, în medie? Patruzeci şi cinci până la şaizeci de minute dacă într-adevăr nu vă grăbiţi?

Dar o soţie care îi spune soţului: „Deseară e seara cea mare!", îi dă soţului ei *o zi întreagă* de plăcere. Rar vor trece douăzeci de minute fără ca soţul tău să se gândească la tine, să te imagineze, să te dorească. Nu sună minunat? Ca soţul tău să se gândească cu dragoste şi afecţiune la tine întreaga zi?

Cuvintele şi acţiunile pe care le alegi sunt foarte importante. Când soţul tău este pe punctul de a ieşi din casă şi vine să te sărute formal, surprinde-l dăruindu-i un sărut adevărat – practic curăţându-i premolarii. Apoi spune-i: „Am planuri cu tine pentru mai târziu, aşa că grăbeşte-te să vii acasă de la lucru." Dacă vei face aşa, se va gândi la tine întreaga zi.

Îmi amintesc că, după câţiva ani de căsnicie, Sande mi-a spus: „Cu siguranţă nu-ţi ia mult timp să treci la acţiune, Leman." Femeia neexperimentată s-ar putea gândi: *În ce m-am băgat?* Vorbesc tot timpul cu soţii tinere care sunt cu adevărat şocate de frecvenţa şi durata interesului sexual al soţilor lor. Unele mi-au mărturisit convingerea pe care o aveau că dacă au cedat cinci zile la rând, soţii lor vor fi „vindecaţi". Nicio şansă. Poate că l-ai făcut fericit în această săptămână, dar în următoarea el încă va fi interesat sexual.

Această mentalitate a bărbaţilor, „totdeauna gata", nu este o conspiraţie; este modul în care ne-a creat Dumnezeu. Aminteşte-ţi tot timpul acest lucru. Dumnezeu Însuşi S-a gândit că este important ca soţul tău să fie atras de tine şi motivat să se apropie fizic de tine în mod regulat şi continuu.

Cum măsoară o femeie dragostea? Cum ştie că soţul ei se îngrijeşte de ea? De obicei nu în dormitor. În mod normal, prin lucrurile mărunte de zi cu zi pe care ea le consideră importante. Este genul de afecţiune pe care şi-l doreşte ea.

Dacă vrei acest gen de afecţiune, împlineşte-ţi sexual soţul. Atunci, în loc de cereri revoltate să oprească la magazin sau să se uite la un robinet care curge, el se va oferi dornic să-ţi împlinească nevoile. În loc să fie rece şi distant când îi vorbeşti, va dori să audă ceea ce ai de spus.

„Dar, dr. Leman", ai putea spune, „am încercat aceasta şi nu a mers."

ÎN CĂSĂTORIE NU POŢI DOAR „ÎNCERCA" SEXUL; EL TREBUIE SĂ DEVINĂ UN MOD DE VIAŢĂ.

În căsătorie nu poţi doar „încerca" sexul; el trebuie să devină un mod de viaţă. Dacă aţi avut o noapte specială, aceasta îl va face pe bărbatul tău să fie mulţumit... pentru o vreme. Dar dacă l-ai refuzat la următoarele cinci încercări de a se apropia de tine, el se va gândi la aceste cinci respingeri, nu la acea noapte specială. Datorită modului în care a fost creat bărbatul, sexul este o nevoie pentru el. Când o femeie foloseşte această nevoie pentru a-şi manipula bărbatul, el va fi plin de resentimente. Dar când ea îi împlineşte această nevoie cu dragoste şi entuziasm, el devine foarte recunoscător. Şi va arăta această recunoştinţă în toate aspectele relaţiei cu soţia lui.

Bărbatul împlinit sexual este genul de bărbat care merge spre locul de muncă gândindu-se: *Cred că sunt cel mai fericit bărbat în viaţă. Sunt atât de fericit că m-am căsătorit cu această femeie!* Este bărbatul care merge spre casă gândindu-se: *Ce lucru special pot face pentru soţia mea în această seară?* Şi ştii ceva? Chiar dacă a avut o zi rea la locul de muncă, totuşi se va gândi astfel deoarece ştie cine îl aşteaptă acasă.

Oferirea şi primirea de gesturi sexuale spontane poate face minuni pentru căsnicia ta. Aşadar, de ce *nu* acum, şi de ce *nu* aici?

CÂND ROLURILE SUNT INVERSATE

În 15% din căsnicii rolurile sunt inversate. În loc ca pe soţie să o doară capul când soţul doreşte sex, bărbatul este cel care acuză dureri de cap. El motivează că este prea obosit, prea epuizat şi/sau are prea multe pe cap. De ce se întâmplă aceasta?

În majoritatea situaţiilor răspunsul are de-a face cu concepţia despre sex cu care a fost crescut bărbatul. El a fost învăţat că sexul este rău, indecent sau murdar, ori a avut o femeie puternică în căminul lui care l-a dominat. În esenţă, el manifestă o rezistenţă tăcută pentru a vedea dacă te poate controla. El doreşte să audă că tu îl implori să faceţi sex. De asemenea, poate evita să facă sex cu

tine din cauza tendinţelor homosexuale. Poate că el însuşi a fost abuzat sexual, sau a avut un prieten sau un tată care l-a iniţiat în pornografie.

Dacă aceasta este situaţia în căsnicia ta, te rog să-i ceri soţului tău să meargă la consiliere. Mergi cu el, dacă doreşte acest lucru.

Ştii că patru din zece fete au fost abuzate? Nu ştiu care este procentul la bărbaţi, dar presupunerea mea este că unul din zece.

Vreau să fiu înţeles foarte clar aici. Poate că tu sau soţul tău aţi fost abuzaţi sexual, dar aceasta nu vă dă dreptul de a vă complace în această situaţie. Întrebarea mea pentru voi este următoarea: ce veţi face în această privinţă? Da, poate că s-a petrecut aşa ceva în trecutul vostru şi relaţiile voastre au avut de plătit un preţ. Dar acum este timpul să preluaţi controlul, să aduceţi mai multă sănătate în viaţa şi în relaţiile voastre. Veţi fi destul de puternici ca să o faceţi?

Unui bărbat care a fost crescut de o mamă dominatoare care l-a controlat, s-ar putea să nu-i placă o soţie agresivă sexual şi să motiveze că este prea obosit când ea doreşte să facă dragoste. Un bărbat care a primit dragoste plină de tandreţe din partea mamei lui şi care a învăţat să o respecte, în general nu va avea probleme în a avea intimitate sexuală cu soţia lui.

EL DOREŞTE SĂ-ŢI FACĂ PLĂCERE

Soţul tău doreşte să facă sex cu tine pentru propria lui eliberare sexuală. Dar chiar mai mult decât îşi doreşte propria lui plăcere, el doreşte să-ţi facă ţie plăcere. Se bucură când vede cât de mult te bucuri de plăcerea pe care ţi-o oferă el. În timp ce te priveşte, se gândeşte: *Eu sunt cel care i-am oferit această plăcere.*

Dacă nu reuşeşte aceasta, va sfârşi simţindu-se inadecvat, singur şi neiubit. La urma urmei, fiecare bărbat doreşte să fie eroul soţiei lui (mai multe despre aceasta în capitolul 7).

BĂRBATUL TĂU DOREŞTE SĂ FIE ROMANTIC, DAR S-AR PUTEA SĂ SE ÎNGRIJOREZE CĂ NU VA REUŞI SĂ FIE ROMANTIC.

Repet, noi bărbaţii încă mai suntem băieţeii care am fost odată. Încă dorim să plăcem femeii celei mai importante din viaţa noastră. Când aveam şase ani, aceasta însemna să fim pe plac mamei noastre; când avem 26 sau 36 sau 46 sau 66, e vorba de soţia noastră. Aceasta înseamnă că soţul tău doreşte să fie romantic, dar s-ar putea să se îngrijoreze că nu va reuşi să fie romantic. Că nu va şti ce să facă sau că va da greş.

Aşa că, dacă eşti isteaţă şi înţelegi cât de importantă este competiţia şi victoria pentru un bărbat, tu îl vei ajuta. Îl vei ţine fascinat şi satisfăcut.

Puteţi fi căsătoriţi fără a face deloc sex. Puteţi discuta la cină, puteţi să vă bucuraţi de concedii şi să creşteţi copii – dacă îi adoptaţi. Vă puteţi cumpăra unul altuia daruri aniversare, puteţi împărtăşi gânduri intime şi chiar, în situaţii extreme, să folosiţi aceeaşi periuţă de dinţi sau să vă aduceţi celuilalt hârtia igienică de care are nevoie urgent.

Dar ceva va lipsi.

O viaţă sexuală sănătoasă colorează căsnicia în întregime. Îndepărtează monotonia şi plictiseala lucrurilor zilnice pe care vi le faceţi unul altuia. Gândeşte-te la următorul lucru: 90% din viaţă este plină de lucruri în general plictisitoare, cum ar fi schimbarea scutecelor, curăţirea nenumăratelor feţe de masă pătate, plata facturilor, umplerea buteliei. Şi mulţi bărbaţi şi multe femei lucrează adesea în slujbe extrem de plictisitoare – cum ar fi verificarea hranei la magazinul alimentar, bătutul cuielor la un acoperiş sau adunarea unor cifre. Am întâlnit chiar avocaţi şi dentişti realizaţi care erau plictisiţi de profesia lor, dar obligaţiile financiare pe care le aveau îi forţau să îşi practice profesia în continuare.

O VIAŢĂ SEXUALĂ SĂNĂTOASĂ COLOREAZĂ CĂSNICIA ÎN ÎNTREGIME.

În această lume a obligaţiilor şi a responsabilităţii, Dumnezeu ne-a aruncat în poală ceva absolut fantastic. La sfârşitul zilei – şi uneori la început – când ne-am terminat munca şi copiii sunt în pat şi am revenit acasă de la locul de muncă, ne putem atinge şi

săruta unul pe celălalt şi ne putem oferi plăcere unul altuia într-un mod în care lumea pare a fi la ani lumină de noi. Suntem transportaţi într-alt loc şi strămutaţi într-un alt timp şi într-adevăr este un sentiment încântător.

CUM SĂ-ŢI CREŞTI DORINŢA PENTRU SEX

O viaţă sexuală împlinitoare este unul din cele mai puternice liante maritale pe care îl poate avea un cuplu. Dar adesea cel mai mare inamic al sexului în rândul femeilor este faptul că sunt prea ocupate, prea obosite şi stresate.[4]

O revistă de femei a exprimat foarte bine aceasta în felul următor:

> Care este primul lucru la care renunţi când eşti ocupată, obosită şi stresată? Dacă ai spus sex, nu eşti un caz izolat. Aproximativ 24 de milioane de femei din America spun că nu au timp, sunt prea epuizate, sau pur şi simplu nu au dispoziţia de a face sex, şi mai mult de o treime a cititoarelor revistei *Redbook* recunosc că scuza lor principală pentru a nu face sex este că sunt prea obosite. Aşadar, amânăm pentru mai târziu – dar mai târziu poate uşor să devină niciodată. Dacă nu ai observat, abstinenţa nu face ca dorinţa să crească, ci generează şi mai multă abstinenţă.
>
> Pe de altă parte, sexul conduce la mai mult sex. Studiile arată că actul sexual creşte nivelul substanţelor chimice din creier asociate cu dorinţa. Aşa că cel mai bun mod de a-ţi creşte dorinţa pentru sex este să faci sex.[5]

A avea o viaţă sexuală grozavă este o experienţă înviorătoare; ea poate cimenta relaţia dintre soţ şi soţie, până când unul va fi gata să facă orice pentru celălalt.

Dar totul începe cu a-ţi face ordine în programul tău. Par a fi o bandă stricată? Am vorbit şi am scris ani de zile despre modul în care programul prea încărcat al familiilor americane ne omoară social, relaţional şi psihologic. Pur şi simplu suntem prea ocupaţi. Multe familii cu care lucrez ar putea să renunţe la 50% din activităţile lor şi încă ar fi obosiţi. Aceasta *nu* este o exagerare. Majoritatea familiilor care vin la mine pentru consiliere sunt adesea şocate de modul radical în care le reorganizez programul.

Când trăim în ritmul unei curse de formula întâi, sexul este unul din primele lucruri la care se renunţă. Repet, dacă vrei să-ţi îmbunătăţeşti viaţa sexuală de cuplu, trebuie să-ţi examinezi relaţia din afara dormitorului. Ce activităţi te împiedică să ai intimitate sexuală?

CE ACTIVITĂŢI TE ÎMPIEDICĂ SĂ AI INTIMITATE SEXUALĂ?

Când revista *Redbook* a făcut un sondaj pe internet întrebând: „Ce ai face cu o oră de timp liber?", peste 10 000 de bărbaţi şi femei au răspuns sondajului. Optzeci şi cinci la sută dintre bărbaţi şi 59% dintre femei au răspuns: *sex* – marea majoritate în ambele cazuri. Doar 12 procente din femei au ales să facă cumpărături sau să doarmă, urmate de vizionarea televizorului, practicarea de exerciţii fizice, lectură sau mâncat.[6]

Ce îţi spune aceasta? Dacă aţi avea un timp suplimentar, majoritatea dintre voi nu aţi merge la mall. Nu aţi citi o carte, nu aţi porni televizorul şi nu aţi merge la gimnastică. Aţi face dragoste cu partenerul vostru de viaţă – şi căsniciile voastre s-ar îmbunătăţi semnificativ.

BCU IAŞI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

„Limbajul bărbaţilor"

DE CE VREI SĂ-ŢI FACI SOŢUL FERICIT

1. Un soţ împlinit sexual va avea o părere bună despre el.
2. Un soţ împlinit sexual va aborda viaţa cu o vigoare fără seamăn şi cu scop.
3. Un soţ împlinit sexual va face totul pentru tine.
4. Un soţ împlinit sexual va aprecia lucrurile importante din viaţă.

Ştiai că, pentru soţul tău, *atitudinea* ta faţă de sex este mai importantă decât mărimea sânilor tăi, a taliei tale, a coapselor tale sau lungimea picioarelor tale? Marea majoritate a bărbaţilor spun că ar prefera o soţie care să fie mai obişnuită, dar cu o atitudine de disponibilitate sexuală, decât o femeie superbă care să îşi ţină la distanţă soţul printr-o atitudine glacială.

CÂT DE DORITOARE EŞTI?

O atitudine pozitivă înseamnă, de asemenea, să-ţi apreciezi soţul. Înseamnă să-l respecţi, să-l laşi să înţeleagă că ai nevoie de el şi să-l împlineşti.

Dacă îl refuzi, dacă nu-l poţi suferi sau nu-i împlineşti nevoile cu care a fost proiectat, e ca şi cum l-ai castra. Dar dacă îi împlineşti nevoia de sex cu o mare bunăvoinţă, atât în cuvinte cât şi în atitudine, îl vei face să se simtă cel mai fericit bărbat de pe planetă!

BABEŞ-BOLYAI UNIVERSITY LIBRARY

Aceasta e o putere fantastică! Dar Creatorul nostru trebuie să fi simţit că tu poţi să te descurci cu această putere, de vreme ce i-a proiectat în acest fel pe bărbaţi şi femei. Dacă Dumnezeu ţi-ar măsura amabilitatea şi generozitatea doar după cât de bine îţi tratezi soţul în această privinţă, ce crezi că ar spune?

În continuare sunt câteva idei pentru a-l face pe soţul tău şi mai fericit în acest domeniu.

Lasă-l să se bucure privindu-te

Soţia mea arată întotdeauna bine. Când se scoală dimineaţa, arată frumos. Dar totuşi trebuie să-şi aplice creme peste toată faţa pentru a o regenera. Într-o zi, după rutina ei obişnuită de dimineaţă, şi-a pus un camizol alb şi apoi un jerseu tricotat alb care părea, în ochii mei de bărbat, ca o funie legată foarte larg. Aşa că i-am spus: „Mi-ar place să te văd cândva purtând *doar acest jerseu*."

Tocmai diferenţele dintre bărbat şi femeie fac ca dragostea şi romantismul să fie atât de încântătoare.

– R. C. Sproul, *The Intimate Marriage*

Doar faptul că am spus aceste cuvinte m-a făcut să fiu imaginativ... chiar dacă ştiu că ar fost foarte improbabil ca decenta mea soţie, prima născută în familia ei, să mă surprindă făcând aşa ceva. Dar dacă ar fi făcut-o? Aş fi fost un bărbat nebun de fericire.

Soţul tău este creat să privească – şi să se bucure când te priveşte. Ce i-ar plăcea să te vadă purtând?

Surprinde-l!

Anne şi Dave erau căsătoriţi de opt ani. În ultimii doi ani au muncit din greu să-şi dezvolte propria afacere. Orele lungi de muncă au început să le aducă succes, dar Anne ştia că stresul l-a epuizat pe Dave. Se părea că au tot mai puţin timp acasă împreună.

Aşa că, într-o zi la prânz, ea l-a împins în biroul lui, a închis uşa şi a tras draperiile. Chiar acolo, în birou, au făcut dragoste. Restul zilei Dave a fost un tip fericit, relaxat. De fapt, a zâmbit satisfăcut de fiecare dată când a stat la birou în restul săptămânii.

Dave a simţit ceea ce doreşte să simtă fiecare bărbat: că este dorit şi că cineva are nevoie de el. Nu era nicio îndoială în mintea lui că soţia lui s-a bucurat să fie cu el. Şi el i-a apreciat şi imaginaţia!

Aşadar, nu fi una din femeile acelea „plictisite în pat". Riscă folosindu-ţi imaginaţia, şi vei câştiga inima soţului tău!

Desigur, provocarea este că surprinderea soţului tău ia timp, energie şi anticipare – ceva ce o femeie foarte ocupată pur şi simplu nu are. Dar iată ironia: un bărbat care este respectat, care simte că soţia lui are nevoie de el şi care este împlinit, este genul de bărbat care, atunci când soţia lui îl sună şi îl roagă să cumpere lapte de la alimentară în drumul spre casă, chiar dacă a trecut şapte kilometri de acel magazin, se va duce înapoi să cumpere acel lapte.

> Dacă nu e nevoie să faci un duş după aceea, nu ai avut parte de o partidă grozavă de sex.
>
> – Prietenul meu, Moonhead

Dacă soţul tău se simte iubit, preţuit şi surprins de pasiunea ta pentru el, va doborî toate zidurile pentru tine.

Fă din sex o chestiune care ţine întreaga zi

Unele dintre cele mai bune partide de sex durează întreaga zi, chiar dacă ambii parteneri pot petrece primele zece ore din zi la cincisprezece kilometri depărtare. Am vorbit mult despre aceasta în cartea mea, *Sex Begins in the Kitchen.*

Imaginează-ţi cum se simte un bărbat dacă se scoală, intră poticnindu-se la baie şi aprinde lumina, doar ca să fie izbit de un scris strălucitor de ruj roşu într-un colţ al oglinzii:

Bună dimineaţa, domnule Sexy!
Să culcăm copiii devreme deseară.
Am nişte planuri fantastice!
O mie de săruturi şi îmbrăţişări!

Pentru un bărbat, anticiparea este la fel de bună ca participarea, în ce priveşte sexul, aşadar de ce să nu faci ceva mai deosebit? Pune-i

un articol de lenjerie intimă în servietă sau în punga cu mâncare. Trimite-i un e-mail ispititor.

Sexul nu este „un eveniment izolat". Atât tu, cât şi soţul tău, vă pregătiţi pentru el prin modul în care vă trataţi unul pe altul în lucrurile mărunte, pe tot parcursul zilei.[7]

Nu-ţi lăsa soţul să trăiască pe baza unui program

Spre întristarea multor soţii, bărbaţii lor nu trăiesc pe baza unui program. De fapt, ei nici nu ştiu ce este un program. De asemenea, au o memorie scurtă.

De exemplu, să spunem că tu şi soţul tău aţi avut un timp plăcut, îndelungat, tihnit, de dragoste în noaptea dinainte. Dimineaţa următoare soţul tău te priveşte cum te întinzi să pui o carte în bibliotecă. Este sâmbătă dimineaţa şi tu doar lucrezi prin casă, aşa că nu te-ai deranjat să-ţi pui sutienul. În timp ce te întinzi, sânii tăi se mişcă provocator pe sub tricoul tău.

Dacă eşti o femeie, probabil că gândeşti ca o femeie: *Am făcut dragoste noaptea trecută. Încă nu am făcut duş. Port haine murdare. Factorul seducţie trebuie să fie 1 pe o scală de la 1 la 10.* Totuşi observi că în doar câteva secunde soţul tău apare şi te îmbrăţişează de la spate şi dintr-o dată eşti conştientă că soţul tău este interesat de tine. Te gândeşti: *Ce nu e în regulă? Tocmai am făcut dragoste noaptea trecută!*

Dar la sexul între persoane căsătorite nu există tabelă de marcaj sau competiţie. La bărbaţi numele jocului este *spontaneitate.* Din cauză că bărbaţii sunt atraşi prin vedere, o privire aruncată unei femei în lenjerie intimă sau care iese de la duş poate fi suficientă pentru a stârni dorinţa unui bărbat – în special dacă n-a mai făcut dragoste de câteva zile. O privire e de-ajuns.

Trezeşte-i simţurile

Să spunem că soţul tău aude duşul la ora 10:30 seara. Doar sunetul apei îl face să fie imaginativ. Se gândeşte: *Oh, aş putea să fiu norocos în această seară.* Când soţia lui iese purtând o cămaşă de noapte care îi arată sânii delicaţi, dintr-o dată devine un băieţel.

„Uau! E o cămaşă nouă?"

Acum iată cum procedează o soţie înţeleaptă. Se uită în ochii lui, se apleacă spre el pentru a lăsa ca sânii să-şi facă magia şi-i spune: „Am cumpărat-o special pentru tine".

Totul ţine de prezentare.

Soţia mea, Sande, este o specialistă în prezentări pricepute. Întotdeauna a fost grozavă în a prezenta lucruri vechi într-un mod nou. Ea poate transforma o veioză veche într-o lucrare de artă redecorând-o cu materialele potrivite.

Tu poţi face acelaşi lucru învăţând cum să te prezinţi – cum să te îmbraci, cum să-ţi decorezi camera, cum să pregăteşti momentul într-o alură seducătoare potrivită pentru aşteptările soţului tău. Poate vrei să-ţi scoţi în evidenţă ochii, picioarele sau altceva. Învaţă să accepţi aceasta ca punctul tău forte şi etalează-le fără ruşine, pentru a avea un efect deplin în faţa partenerului tău.

O căsnicie fericită necesită să te îndrăgosteşti de mai multe ori, dar întotdeauna de aceeaşi persoană.

– Mignon McLaughlin

Dacă punctul tău forte sunt sânii tăi, cumpără-ţi lenjerie care îţi scoate în evidenţă pieptul. Dacă ochii sunt punctul tău forte, sau poate gura, machiază-te astfel încât să atragi atenţia soţului tău asupra acestor trăsături. Foloseşte ceea ce ai pentru un efect deplin şi nu te îngrijora de trăsăturile tale mai puţin de apreciat.

Ceea ce-şi doreşte cel mai mult soţul tău este să te bucuri de corpul lui. Să-l explorezi. Să te delectezi în el. Să te joci cu el. Să-l atingi. Să-ţi exprimi surprinderea.

Corpul tău este ceva minunat. Este unul dintre cele mai bune daruri pe care îl poţi oferi soţului tău. Aşadar, nu cădea în capcana de a spune: „dar nu sunt la fel de frumoasă ca modelele din ediţia de costum de baie a revistei *Sports Illustrated*". Dacă eşti generoasă cu corpul tău, atât tu, cât şi soţul tău, vă veţi bucura de rezultate!

Şi nu este doar privirea care ne prinde.

Când eram responsabil de orientarea profesională a studenţilor la Universitatea Arizona, cinci fete mi-au spus: „Ne plimbăm printre 2000 de băieţi în campus în fiecare zi, dar nu întâlnim niciun băiat."

„Aveţi un aparat de făcut floricele de porumb?", le-am întrebat.

Întrebarea mea le-a mirat. „Da, avem. Dar ce..."

„Atunci iată ce vreau să faceţi", le-am spus. Alegeţi orice dormitor de băieţi doriţi, întindeţi un cearşaf şi conectaţi aparatul de făcut floricele. Prăjiţi nişte floricele şi aruncaţi floricelele peste tot cearşaful. Apoi mai faceţi câteva porţii, puneţi-le în boluri şi veţi vedea ce se întâmplă."

Când fetele au venit să-mi spună ce s-a întâmplat, erau uimite. Nu doar că i-au scos pe băieţi din dormitoare, dar au găsit o mulţime de băieţi hibernând pe holurile de la etajele superioare. Când mirosul de popcorn a ajuns la scările unde erau aceştia, nu a trecut mult ca băieţii adormiţi, treziţi din hibernarea lor, să fie atraşi spre fetele care şedeau pe jos, înconjurate de popcorn, în colţul dormitorului. Pentru un băiat, mirosul de popcorn rivalizează cu orice parfum pe care l-ai putea purta.

Povestea continuă. Apoi băieţii pe care i-au cunoscut au hotărât să facă o vizită la dormitorul fetelor. Au adus un aparat de făcut floricele şi au făcut acelaşi lucru. A devenit o tradiţie între aceste grupe de studenţi până când în cele din urmă s-au împărţit în perechi.

Totul a început cu cinci fete care au riscat să fie considerate puţin ţicnite pentru a iniţia şi a-i surprinde pe băieţii din acel dormitor. Nu doar că i-au întâlnit pe băieţi în zona lor, dar s-au folosit de simţurile excitate ale bărbaţilor.

Ştiai că o femeie poate face ca mulţi bărbaţi să-şi întoarcă capul după ea doar alegând un parfum potrivit? Bărbaţii pot deveni căţeluşi, cuceriţi complet de anumite parfumuri.

„Vrei să te căsătoreşti cu mine?"

„Nici măcar nu te cunosc!", răspunzi tu surprinsă.

„Nu contează – dacă întotdeauna miroşi atât de frumos, vreau să fiu soţul tău."

Spune-i ce te face să te simţi bine

Regula că bărbaţii sunt simpli, iar femeile complexe, este valabilă în fiecare aspect al vieţii, inclusiv cel al sexului. Ce îi place unei femei marţi seara nu-i mai place atât de mult sâmbătă seara. Datorită naturii lor, care urmăreşte să ducă la bun sfârşit o sarcină,

majoritatea bărbaţilor au o mentalitate de genul: „Voi descoperi ce-i place, apoi vom face lucrul respectiv ani de-a rândul!" De aceea, bărbaţii pot merge la un restaurant şi pot să mănânce aceeaşi mâncare timp de patru ani, în timp ce femeile, prin însăşi natura lor, doresc să încerce ceva nou şi le trebuie o jumătate de oră să comande din meniul pe care l-au văzut de milioane de ori.

Aşadar, de ce să nu-ţi ajuţi soţul să fie creativ? Ajută-l să aibă succes în a face dragoste cu tine spunându-i ce îţi place şi ce nu. Va fi bucuros pentru sugestiile tale... şi pentru că nu va fi nevoit să rişte întrebându-te sau trebuind să ghicească.

Ajustează-ţi programul

O voi spune din nou. Pentru ca să te îngrijeşti de această nevoie din viaţa soţului tău, trebuie să încetineşti ritmul.

Cum încep cuplurile să învingă efectul oboselii? Dacă vrei cu adevărat să faci ca viaţa voastră de familie şi viaţa voastră sexuală să fie mai semnificative, va trebui să renunţi la câteva lucruri. Să nu mai alergi în toate cele cinci seri ale săptămânii. Aş spune că, dacă faci aceasta mai mult de două seri din săptămână, trebuie să renunţi la ceva. De ce să nu elimini unele lucruri din agenda ta?

Dacă îţi vei face timp pentru sex, vei avea o atitudine de disponibilitate crescută, soţul tău îţi va fi veşnic recunoscător, şi amândoi vă veţi bucura mai mult de căsnicia voastră.

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IAȘI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

AL ŞASELEA LUCRU
PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

„Ţi-am spus că nu vreau să merg!"

De ce se teme soţul tău cel mai mult... şi cum e posibil să faci exact acel lucru în modalităţi subtile.

• • •

Era a doua oară în şase luni când Jan şi-a târât soţul, pe Greg, la unul din banchetele lucrătorilor în serviciul comunităţii. Greg se săturase. Nu conta să soţia lui considera că nu este sociabil. Şi-a petrecut cea mai mare parte a serii stând posac la masă în timp ce toţi ceilalţi discutau. Şi, când nu era la masă, îşi târa picioarele spre bolul de punci pentru a-şi umple paharul.

„Ce e în neregulă cu tine?", l-a întrebat ea dezaprobator mai târziu în maşină. „Te-ai comportat ca un idiot. Şi m-ai făcut să mă simt stânjenită în faţa tuturor prietenilor mei."

Care a fost răspunsul lui? *„Ţi-am spus* că nu vreau să merg!"

Restul drumului spre casă l-au făcut într-o tăcere de gheaţă.

Mai târziu, când Greg a discutat cu mine despre această situaţie, a recunoscut: „Nu-mi place să socializez. Mă face să mă simt penibil, singur şi stânjenit. Eu conduc o camionetă, mă scol devreme ca un fermier şi muncesc multe ore. Aş prefera să meargă singură, iar eu să stau acasă cu copiii. Îmi place să petrec timp cu copiii. Mai mult, am economisi banii pentru bonă. Dar, în schimb, trebuie să petrec seara stând lângă bolul cu punci privind şi simţindu-mă ca un idiot (Notă: Eu mă pot regăsi în aceasta! Vă aduceţi aminte de povestirea mea anterioară când m-am simţit la

fel?) în timp ce soţia mea trece repede de la o persoană la alta. Sincer, nici măcar nu-mi plac oamenii cu care se întâlneşte acolo. Nu înţeleg proiectele în care este ea implicată, aşa că nu am nimic de spus despre ele. Îi tot spun că nu vreau să merg la aceste evenimente şi că prefer să stau acasă. Dar ea nu acceptă s-o refuz. Mă scoate din sărite!"

Haideţi să mergem direct la ţintă. Deoarece soţia lui nu-i acceptă refuzul, Greg simte că nu se ţine cont de părerea lui şi se simte nerespectat. Prin răspunsul ei, soţia lui spune: „Oh, nu cred că vorbeşti serios. *Desigur* că vrei să mergi cu mine."

Dar Greg nu vrea, şi chiar când el spune nu, ea forţează problema atât de mult încât el oftează, cedează şi merge la eveniment. A fost învins verbal în lupta pentru a merge la eveniment – soţia lui poate vorbi mai bine decât el oricând. Aşa că el face singurul lucru pe care îl poate face. Consimte să meargă la eveniment, apoi o tratează pe ea şi pe toţi ceilalţi cu o atitudine de rezistenţă tăcută. În timp ce stă liniştit la masă, în interior el ţipă: *Nu, Nu, Nu!* Ţi-am spus că nu vreau să merg, dar tu m-ai obligat. Nu mă respecţi nici pe mine, nici dorinţele mele!"

CE ÎNSEAMNĂ CU ADEVĂRAT *A CINSTI* PE CINEVA?

După Dicţionarul Webster, a cinsti înseamnă „a privi cu respect, a manifesta reverenţă, a arăta o consideraţie înaltă faţă de cineva".

Parte a respectării soţului tău înseamnă să-i respecţi opiniile şi concepţiile. Înseamnă să-i accepţi refuzul, în loc să încerci să-l transformi într-una din prietenele tale care s-ar bucura de eveniment împreună cu tine (aşa cum am discutat despre aceasta în capitolul 3). Dar lucrul acesta este mai greu decât pare pentru o femeie, deoarece lumea ta este definită de faptul că soţul tău experimentează lucrurile *împreună cu tine*. Dar nu aşa stau lucrurile în cazul soţului tău.

Totuşi el se trezeşte târât în aceste contexte sociale în care se simte incomod, inutil şi stupid şi, implicit, trebuie să fie timidul de la petrecere. Ca Timothy, care a fost târât la un festival al albumelor de poze, deoarece soţia lui dorea ca el să vadă cât de

mult iubea ea acest eveniment. Timothy şi-a petrecut întreaga sâmbătă holbându-se la „drăguţele" poze şi ajutându-şi soţia la plasele de cumpărături. S-a plictisit de moarte. Singurul lucru care l-a împiedicat să nu înnebunească a fost să viseze la cursa de motociclete din weekendul următor.

Înainte de a-ţi târî soţul în acest gen de contexte, *întreabă-l*. Şi apoi acceptă răspunsul lui ca fiind adevărat. Citeşte-i buzele şi limbajul trupului. Chiar dacă el nu spune nu verbal, ar trebui să poţi să citeşti „Nu vreau să merg" din maxilarele lui nemişcate, fixe, sau din încruntarea lui. Dacă o activitate nu-i este plăcută, nu-l forţa să meargă. Ţie ţi-ar plăcea să schimbi uleiul la maşină? Sau să faci revizia generală a unui motor de Chevrolet V-8? Sau să faci turul munţilor Rocky Mountain cu bicicleta? Sau să te bucuri de o noapte la un concurs de camioane? Unora dintre voi poate că v-ar plăcea, dar majorităţii dintre voi nu le-ar plăcea. Aşadar, de ce să-ţi târăşti soţul la târguri de albume, la expoziţii florale, la expoziţii de antichităţi, sau la întâlniri despre „cum să-ţi remodelezi bucătăria"?

CITEŞTE-I BUZELE ŞI LIMBAJUL TRUPULUI.

De ce să nu-l laşi pe soţul tău să fie bărbat? Şi să fie bărbatul care este? Cunosc câţiva bărbaţi cărora le place să crească orhidee şi să meargă la operă, dar ei sunt mai degrabă excepţii.

Lasă-l pe soţul tău să stea acasă când faci acele lucruri care îţi plac doar ţie. Cinsteşte-l şi respectă-l, acceptându-i alegerea de a merge sau nu împreună cu tine. Adu-ţi aminte, bărbaţii sunt direcţi şi îţi vor spune ce gândesc. Problema apare când tu încerci să-i manipulezi cuvintele pentru a-l obliga să facă ceea ce vrei tu să facă. *Oh, el nu vorbeşte serios*, te gândeşti tu. *Desigur că vrea să meargă cu mine. Doar vrea să duc puţin mai multă muncă de convingere...*

Nu, de fapt el vrea să nu-l mai baţi la cap. (Acceptă acest sfat de la un tip care ştie ce spune.) El doreşte să stea acasă, să stea în pat cu picioarele întinse, să râgâie, să mănânce resturile reci de pizza şi să aibă puţină pace şi linişte în timp ce tu te bucuri de evenimentul social. De fapt, dacă l-ai lăsa să aleagă între a curăţa

cutia cu rumeguş a pisicii şi a merge la eveniment împreună cu tine, ce crezi că ar alege?

DACĂ L-AI LĂSA SĂ ALEAGĂ ÎNTRE A CURĂŢA CUTIA CU RUMEGUŞ A PISICII ŞI A MERGE LA EVENIMENT ÎMPREUNĂ CU TINE, CE CREZI CĂ AR ALEGE?

A-ţi cinsti bărbatul înseamnă „a-i arăta consideraţie" în fiecare domeniu al vieţii. Dacă o prietenă ţi-a spus: „Chiar nu vreau să mănânc în acel restaurant", ai forţa-o să meargă acolo cu tine? De ce nu-i arăţi şi soţului tău acelaşi respect?

CEEA CE SE ÎNTÂMPLĂ ÎNTRE VOI, RĂMÂNE ACOLO

De vreme ce suntem la subiectul prietene, doamnelor, vreau să vă împărtăşesc un lucru foarte important pentru noi, bărbaţii. Nu ne place să discutaţi cu prietenele voastre despre noi. De fapt, detestăm acest lucru. Pentru că suntem atât de fragili dedesubtul bravadei noastre, nu suportăm să fim subiectul discuţiilor voastre de la masă. „Ştii ce a făcut?", spui tu pentru a începe discuţia, apoi dai din cap cu dezgust şi le spui tot.

„Cred că glumeşti!" spune o prietenă şi râde. „Ei bine, în ultima săptămână Mike..."

Şi începi să spui nişte poveşti sălbatice despre ce facem noi bărbaţii. S-ar putea ca ele să fie adevărate, dar totuşi nouă nu ne plac. Ţi-ar plăcea dacă am spune unui amic: „Carnea de pe coapsele soţiei mele devine tot mai flască."

Da, noi bărbaţii, facem lucruri prosteşti din când în când (ei bine, poate ceva mai des), dar a le spune lumii ne stânjeneşte şi ne efemineză. E ca şi cum cineva ţi-ar arăta trăsătura cea mai negativă a corpului tău şi apoi ar tot vorbi despre ea. Aşa ne simţim şi noi când vorbiţi despre noi.

Gândeşte-te la lucrul acesta în felul următor. Ori de câte ori discuţi cu prietena ta, cu sora ta, cu mama ta sau cu soacra ta despre bărbatul tău şi despre lucrurile prosteşti pe care le-a făcut, tu îţi încalci jurământul marital de a-i fi credincioasă. Şi acesta este un lucru periculos. Aşa este şi să-i bagi pe toţi bărbaţii în aceeaşi

categorie. Nu vrem să vorbeşti cu nimeni altcineva despre lucrurile intime care ar trebui să rămână doar între soţ şi soţie.

Pentru că noi, bărbaţii, suntem orientaţi spre performanţă, nu ne place să râdeţi despre performanţele noastre dintr-un anumit domeniu. Avem nevoie de îndurare, har şi înţelegere din partea voastră, şi avem nevoie să credeţi în noi.

La fel cum şi voi aveţi nevoie să credem în voi.

Da, cunosc femei cărora le place să „împărtăşească" (spun aceasta strâmbând din buze). Ştim că este natural pentru voi să vă împărtăşiţi experienţele cu prietenele voastre. Dar trebuie să vă pecetluiţi buzele referitor la soţii voştri. Dacă faceţi aşa, veţi câştiga şi veţi menţine încrederea soţilor voştri în voi.

Există, totuşi, o excepţie, în legătură că aceste sesiuni de palavre feminine. Dacă vreţi să împărtăşiţi bârfe *pozitive*, daţi-i bătaie.

DACĂ VREŢI SĂ ÎMPĂRTĂŞIŢI BÂRFE *POZITIVE*, DAŢI-I BĂTAIE.

Când Monica a pierdut sarcina, a fost epuizată emoţional şi fizic. Brian, soţul ei, este unul dintre bărbaţii care reprezintă amabilitatea întruchipată, dar este un „bărbat real". În primele trei luni după pierderea sarcinii, Brian a renunţat la micul dejun de sâmbătă pe care îl lua din două în două săptămâni cu doi prieteni de la biserică, pentru ca Monica să poată lua micul dejun cu două prietene care, din întâmplare, erau soţiile celor doi prieteni ai lui. Brian a rămas acasă, a îngrijit de Michael, băieţelul lor de doi ani, şi a făcut curăţenie în casă. Poate că nu a fost genul de curăţenie pe care l-ar fi făcut Monica, dar ea a fost foarte recunoscătoare.

„Nu aş fi reuşit niciodată fără ajutorul lui Brian", le-a spus Monica lui Sue şi Keri la micul dejun. „E cel mai grozav bărbat din lume. Am făcut alegerea corectă! Ştiu că nu el a pierdut sarcina, dar e atât de înţelegător cu mine. Sunt atât de fericită că e tatăl lui Michael. Şi sper să mai avem cândva un copilaş, pentru ca şi acesta să-l aibă pe Brian ca tată."

Ştiţi ceva? Două săptămâni mai târziu, Brian a dat peste Craig, soţul lui Keri, la compania Ace Hardware. „Ar trebui să le auzi pe

fete cum vorbesc despre tine", a spus Craig râzând. „După cuvintele lor se pare că tocmai ai câştigat premiul pentru Soţul anului." Apoi i-a spus ce vorbeau soţiile lor.

Cum crezi că s-a simţit Briam? În special în faţa altui bărbat? Ca în al treilea cer!

Bârfa bună se răspândeşte şi poate face lucruri uimitoare pentru un bărbat, cum ar fi să-i umple pieptul de acel soi de mândrie bună. De asemenea, poate să-i afecteze uimitor dorinţa de a ajuta la treburile gospodăriei.

Deşi Brian şi Monica au fost de acord ca ea să iasă sâmbăta la micul dejun doar în primele trei luni, aceasta a devenit o tradiţie în casa lor. Sâmbătă, la fiecare două săptămâni, Brian ieşea cu băieţii. În celelalte sâmbete, Monica ieşea cu fetele. Şi cel care stătea acasă îngrijea de Michael şi făcea curăţenie în casă. În ultimii 16 ani, cele trei femei au luat micul dejun de două ori pe lună, iar cei trei bărbaţi au luat micul dejun de două ori pe lună. Săptămâna trecută au mers împreună să serbeze (şi să plângă) plecarea lui Michael la colegiu!

Aşadar, dacă vrei să răspândeşti bârfe de-ale tale, de ce să nu împărtăşeşti bârfe pozitive?

RENUNŢĂ LA REMARCI UMILITOARE

Când eram antrenorul de fotbal al copiilor din cartierul hispanic, am învăţat o lecţie dificilă. Odată i-am arătat unui băiat de cincisprezece ani, care juca în poziţia de înaintaş, cum să-şi ţină picioarele când prelua mingea de la centru.

El mi-a aruncat mingea şi a strigat: „Atunci fă-o tu!", şi a plecat.

Ce se întâmplase? A plecat pentru că s-a simţit jignit. În cultura hispanică nu mustri un bărbat în faţa prietenilor lui.

Acelaşi lucru este adevărat pentru toţi bărbaţii. Aşadar, adesea, fără a şti, o femeie îşi poate jigni grav soţul în faţa altora.

„Ţi-am cerut să duci gunoiul afară şi încă e aici."

„De ce nu ai curăţit garajul? Este slujba ta!"

„De ce nu ai adus nici acum banii acasă?"

Aceste afirmaţii pot părea adevărate pentru tine, dar, dacă le spui în faţa prietenilor lui, îţi vei înfuria soţul. Nimănui nu-i place

să fie jignit în faţa prietenilor lui. Ţi-ar plăcea dacă bărbatul tău ar spune în faţa prietenelor tale: „Şoldurile tale arată puţin mai late zilele astea. Nu ar trebui să urmezi o dietă?"

Nu te-ar face să te simţi jignită... şi să devii de-a dreptul furioasă?

Nu uita niciodată regula unei societăţi democratice: dacă tu ai dreptul să mă înjoseşti, şi eu am dreptul să fac la fel. Şi, credeţi-mă, doamnelor, noi bărbaţii putem câştiga la capitolul înjosire.

O căsnicie bună este una în care există mai multă acceptare decât critică.

– Autor necunoscut

Aşadar, dacă ai ceva de spus (oricât de înfuriată ai fi), aşteaptă până când soţul tău este *singur*. Apoi, fiind atentă la tonul vocii tale, discută problema corect şi direct. Nu arăta cu degetul.

Adu-ţi aminte de povestirea din capitolul 1, în care am iritat-o pe fiica mea prin ceea ce am purtat când am mers la şcoala ei. Sande şi-a asumat un risc enorm spunându-mi adevărul în acea zi. Aş fi putut fi furios pe ea. Dar pentru că ea apreciază comunicarea onestă, deschisă, şi dedicarea faţă de familie este esenţială pentru ea (observă: două dintre cele trei nevoi mai importante ale femeilor implică comunicarea), ea a ales să-mi spună direct despre acea împrejurare.

Mi-ar fi putut ţine predici: „Kevin Leman, cum ai putut fi atât de stupid încât să porţi papuci de casă când ai mers la şcoala fiicei noastre? Nu ştii cât de penibilă s-a simţit din cauza ta – şi eu la fel? Data viitoare când vei ieşi pe uşă, îţi voi verifica hainele. Dacă mai faci *vreodată* aşa ceva, atunci voi..."

În schimb, ea mi-a spus adevărul şi nimic altceva decât adevărul – că pentru fiica mea era important să nu mai apar niciodată aşa.

A-l respecta pe soţul tău nu înseamnă să-l laşi să iasă basma curată din orice (sau, în cazul meu, să iasă din casă cu nişte papuci oribili). Nu înseamnă să oftezi melodramatic şi să spui: „Ei bine, băieţii vor rămâne băieţi."

Înseamnă să spui adevărul în dragoste.[1]

Fără insulte.

Fără expresii de genul: „ar fi bine" sau „ar trebui să".

LUCRURI CARE ÎL VOR ÎNFURIA CU ADEVĂRAT PE SOŢUL TĂU

1. A-l înjosi în faţa prietenilor lui.
2. A vorbi despre relaţia voastră cu alţii.
3. A-l lăsa să audă despre ceva important pentru el din altă parte.

„NU POT REPARA TOALETA"

Din cauză că ne-am născut competitivi şi cu nevoia de a cuceri şi a învinge, noi, bărbaţii, nu vrem să recunoaştem că nu putem face un lucru pe care un bărbat ar trebui să ştie cum să-l poată face.

Aşadar, când ne spuneţi: „O, dragule, toaleta curge tot timpul. Cred că s-a stricat din nou", primul lucru pe care dorim să-l facem este să *încercăm* să reparăm toaleta. Avem misiunea de a cuceri acea toaletă şi suntem hotărâţi să câştigăm! Deci ne îndreptăm spre magazinul de instalaţii sanitare, în care petrecem câteva ore discutând cu tipii de acolo (în timp ce tu trebuie să ieşi din casă şi să foloseşti arbuştii din curte deoarece ţi-e frică de faptul că, dacă o foloseşti, toaleta se va revărsa). Facem rost de diagrame despre toalete – chiar dacă nu le înţelegem. Venim acasă înarmaţi cu un întreg arsenal de unelte de reparat şi cu destulă încredere pentru a ucide dragonul toaletei.

VENIM ACASĂ ÎNARMAŢI CU UN ÎNTREG ARSENAL DE UNELTE PE REPARAT ŞI CU DESTULĂ ÎNCREDERE PENTRU A UCIDE DRAGONUL TOALETEI.

Apoi ajungem acasă şi descoperim că deja ai chemat instalatorul şi că el este acum acasă la voi şi face slujba pe care am vrut s-o facem noi.

Cum crezi că se va simţi soţul tău? Inferior. Ca un ratat. *Aşadar, ea crede că nu puteam face asta,* se gândeşte el. *Nici măcar nu a aşteptat destul să mă lase să încerc.*

Karen aşteptase aproape şase săptămâni ca soţul ei să înlocuiască fereastra spartă. Şi asta după ce aşteptase deja şase săptămâni ca fereastra să-i fie livrată, după cele patru săptămâni care i-au trebuit lui Barry să o comande. Răbdarea tocmai îi ajunsese la capăt.

În acea zi discutase cu vecina ei, Olivia, despre frustrarea ei în problema cu fereastra, când soţul Oliviei a intrat cu maşina în curte.

Olivia i-a făcut semn să vină la veranda lui Karen şi i-a explicat situaţia. Ken a ridicat din umeri. „Îmi ia foarte puţin să înlocuiesc fereastra spartă, dacă o ai pe cea nouă."

Karen a arătat bucuroasă spre fereastra nouă din garaj, unde era încă împachetată în hârtie.

Într-o jumătate de oră, Karen avea fereastra nouă montată, iar Olivia şi Ken erau acasă luându-şi cina.

Karen era extaziată. *Nu-mi vine să cred. Era timpul!*

Apoi soţul ei, Dave, a sosit acasă. Înainte ca el să-şi pună servieta jos, Karen a deschis zâmbind fereastra nouă.

Dave s-a uitat la ea. „Cum..."

Iar Karen i-a explicat cum vecinul lor Ken a montat-o în doar câteva minute.

Faţa lui Dave a devenit ca a unui nor prevestind furtună. Şi a rămas aşa tot restul serii.

De ce e supărat?, s-a mirat Karen. *În sfârşit s-a făcut un lucru şi în casa noastră, şi el se supără?*

Doar când am discutat cu Karen despre aceasta, ea a înţeles ce făcuse. „Vai", a tresărit ea. „Nu mi-am dat seama cât de mult i-am rănit sentimentele cerând altui bărbat să mă ajute. Voiam doar să termin treaba. Dacă aş fi ştiut ceea ce ştiu acum, nu i-aş fi cerut lui Ken să mă ajute."

Ce e mai important pentru voi, doamnelor? Să finalizaţi un proiect? Sau să aşteptaţi (chiar dacă pare să dureze o veşnicie) şi să-i daţi soţului vostru ocazia de a se îngriji de el?

„Aşteaptă o clipă, dr. Leman", ai putea spune. „Dacă aş face lucrurile astfel şi aş aştepta după soţul meu, nimic nu s-ar repara vreodată în casa noastră!"

Dacă aceasta este frustrarea ta, atunci discută cu el despre această situaţie. Exprimă-ţi mai degrabă îngrijorarea decât să-l acuzi. Încearcă următoarea abordare: „Iubitule, mă întreb dacă ai putea să-ţi faci un minut să te uiţi la chiuveta din bucătărie. Nu pare să funcţioneze corect şi m-ar ajuta foarte mult dacă s-ar putea repara. Eşti atât de amabil?"

Dacă îţi abordezi soţul într-un astfel de mod realizezi următoarele:

1. Îi arăţi că îi apreciezi şi îi respecţi opinia.
2. Îi ceri ajutorul şi îi spui că ai nevoie de el.
3. Îi spui că ai aprecia *cu adevărat* dacă lucrul respectiv ar funcţiona corect. Îi onorezi contribuţia pe care o are pentru bunăstarea familiei.

Dacă un bărbat este abordat astfel, cum ar putea să te refuze? Iată un alt sfat. Înainte de a spune: „Sau ar trebui să chemăm pe cineva să o repare?", lasă-l să se uite bine. Atunci va fi mult mai probabil să spună: „Ştii ce, cred c-ar trebui să chemăm un specialist."

Dacă un bărbat nu poate repara ceva el singur, cel puţin vrea ca el să fie cel care va chema specialistul, îl va căuta, sau cel puţin îţi va spune că aveţi nevoie de un specialist. Nu contează că, cel mai probabil, tu vei fi cea care vei da faţă cu instalatorul.

Secretul este să-ţi aminteşti că niciun bărbat cu mintea întreagă nu va admite în faţa ta: „Nu sunt în stare să repar acest lucru!" Dacă ar spune aşa ceva, el şi-ar spune egou-lui său masculin: „Sunt un incompetent. Sunt un ratat. Nu sunt în stare să fac nimic."

PENTRU UN BĂRBAT, A REPARA CEVA REPREZINTĂ O METAFORĂ A PURTĂRII SALE DE GRIJĂ PENTRU FAMILIA SA.

Pentru un bărbat, a repara ceva reprezintă o metaforă a purtării sale de grijă pentru familia sa. Atinge esenţa a ceea ce este el ca bărbat (mai multe despre aceasta în capitolul următor).

Fie că poate face reparaţia, fie că nu, el are nevoie ca tu – mireasa lui – să crezi în el.

Unele dintre voi vă gândiţi: *Doamne sfinte! Se pare că o soţie are nevoie de o licenţă în psihologia copilului pentru a se descurca cu soţul ei.*

Bun! Acum pricepi. Să mergem mai departe.

UN APEL LA DISCERNĂMÂNT

Cât mai suntem la subiectul reparaţilor casei (destul de interesant, multe cupluri divorţează în timp ce îşi construiesc sau îşi redecorează locuinţele), vreau să mă refer la un alt subiect: încrederea.

Mulţi bărbaţi sunt îndemânatici în jurul casei. Eu nu sunt. Întrebaţi-o doar pe soţia mea, Sande. Ea poate citi instrucţiunile fără a deveni frustrată. Eu nu pot.

Dar ieri a fost o excepţie pentru Kevin Leman în domeniul amenajării locuinţei. Am fost atât de mândru de mine. Am intrat în casă zâmbind şi strigând: „Dragă, trebuie să ştii! Am reparat ceva!" Sande a ridicat din sprâncene şi pe bună dreptate. A fost nevoie să vadă ca să poată crede.

Conducta de umplere automată a piscinei noastre avea scăpări mari. Am fost destul de isteţ să-mi imaginez că avea nevoie de o şaibă. Aşa că m-am dus la magazin şi am cumpărat şaibe de 25 de cenţi. Am desfăcut conducta, am înlocuit şaiba şi am pus totul la loc. Dar încă curgea. Am identificat un alt ştuţ de un inch şi jumătate spre capătul dispozitivului şi mi-am zis: *Ştii ceva? Acesta trebuie să se desfacă.* Aşa că am găsit o cheie universală şi am început să lovesc oţelul până s-a desfăcut. Am descoperit o altă scurgere acolo, am scos o altă şaibă din buzunar, am pus-o la loc şi... voilă. Problema s-a rezolvat.

Şi *eu* am rezolvat-o.

Am fost atât de mândru de mine pentru că am învins acea conductă de umplere, încât mi-am sunat prietenul Joe şi i-am spus: „Hei, am reuşit să repar ceva!" Probabil că a făcut palpitaţii la inimă şi că s-a prăbuşit. Joe îmi cunoaşte performanţele în domeniu.

Dacă Sande ar fi fost un alt fel de femeie, probabil că ar fi răspuns. „Era şi timpul, nătângule!" Dar fiindcă este răbdătoare, minunată, înţelegătoare, a râs împreună cu mine şi m-a încurajat să-mi dezvolt abilitatea de a repara lucrurile. (Dar încă este prudentă când mă vede umblând prin preajmă cu unelte în mână...).

Dar mulţi bărbaţi, îndemânatici sau nu, sunt „chemaţi" să înceapă să construiască sau să remodeleze ceva din casă.

Ca Paul, care a avut chef să-şi remodeleze baia ca dar pentru soţia lui cu ocazia celei de-a cincisprezecea aniversări a căsătoriei lor. Urma să transforme baia lor cu duş de la capătul coridorului într-o baie cu cadă, prin desfiinţarea toaletei separate. În decembrie şi în ianuarie s-a consultat cu toţi prietenii lui din domeniu. A petrecut seri la rând calculând pentru a vedea cât de mult îl va costa. Prin martie era convins că va economisi bani făcând lucrarea singur. A petrecut două sâmbete strângând materialele pentru a face schimbarea.

Sâmbăta următoare era prima zi de muncă. Imediat ce a început să scoată cărămizile zidului dintre duş şi toaletă, soţia lui, Sarah, a apărut după colţ. „Eşti sigur că ştii ce faci?", l-a întrebat ea.

Încruntarea lui Paul a spus totul. Şi-a făcut toate temele, a cumpărat toate materialele şi ea îi punea la îndoială judecata?

Ce mesaj i-a transmis Sarah prin întrebarea ei? *Nu am încredere că poţi finaliza acest proiect.*

BĂRBATUL TĂU TREBUIE SĂ ŞTIE CĂ AI ÎNCREDERE CĂ VA LUA DECIZII CORECTE.

L-a făcut pe Paul să se simtă că nu se ridica la nivelul aşteptărilor ei.

Un astfel de tratament îl poate face pe un bărbat să-şi piardă cumpătul, dar cel mai adesea el fierbe în interior şi trece la o atitudine de rezistenţă tăcută.

Bărbatul tău trebuie să ştie că *ai încredere* că va lua decizii corecte. Aceasta nu înseamnă că întotdeauna va acţiona corect, dar el trebuie să ştie că crezi în el (chiar dacă tu ai în portofel numărul de telefon al unui specialist pentru cazuri de urgenţă.)

DE CE SE TEME BĂRBATUL TĂU CEL MAI MULT

O femeie care suferă de boala „nu mă încred în tine" este adesea o perfecţionistă deghizată – o persoană cu un ochi critic. Chiar când lucrurile merg bine, ea trebuie să găsească un motiv pentru care ele ar putea să meargă şi mai bine. Ea încearcă permanent să

sară peste ştacheta ridicată, apoi o înalţă şi mai mult – atât în ce o priveşte pe ea, cât şi pe alţii. Tot timpul verifică progresele soţului ei. Chiar dacă el reuşeşte să sară peste ştacheta ridicată, ea pur şi simplu o înalţă şi mai sus şi îi spune: „Încearcă din nou". Aşa că el continuă să sară mai sus şi mai sus, până când ţelul devine imposibil şi el falimentează.

Ce se întâmplă apoi? Îl respinge. „Eşti aşa un ratat. De ce m-am căsătorit oare cu tine?"

Dacă vrei să înjunghii un bărbat în inimă, respinge-l. Comportă-te ca şi cum nu ar avea nicio valoare. Tratează-l cu răceală. Nu-l împlini sexual. Pentru că respingerea este teama cea mai mare a unui bărbat. Şi el se teme cel mai mult de respingerea care vine din partea ta, deoarece îi pasă cel mai mult de ce gândeşti tu. Are puţini prieteni, totuşi a riscat lăsându-te în inima şi în viaţa lui. Din acest motiv, respingerea din partea ta îl doare cel mai mult. Pentru că bărbaţilor le place să pară a deţine controlul, ei se îngrijorează în interiorul lor că slăbiciunile le vor fi descoperite. Că vor părea inadecvaţi. Că vor fi respinşi.

RESPINGEREA ESTE TEAMA CEA MAI MARE A UNUI BĂRBAT.

Ţi-ai întrebat vreodată soţul: „Arăt grasă în această rochie?"

Dacă da, l-ai pus într-o situaţie în care nu poate decât să piardă. Nu poate câştiga, indiferent ce răspuns ar da. Cel mai probabil că va falimenta în aşteptările tale şi va fi respins. Dacă spune: „Arăţi grozav în ea", îi vei răspunde: „Minţi. Ştiu că arăt grasă". Şi niciun bărbat cu mintea întreagă nu va răspunde la această întrebare spunând adevărul: „Da, într-adevăr arăţi grasă în această rochie. Dacă aş fi în locul tău, n-aş purta-o la cină."

Îţi pui soţul într-o astfel de situaţie ori de câte ori îi ceri să comenteze cu privire la forma corpului tău – un aspect faţă de care femeile sunt foarte sensibile. Dar hai să ne confruntăm cu adevărul. Nici tu, şi nici soţul tău, nu arătaţi la fel ca atunci când eraţi adolescenţi.

Aşadar, de ce să nu rezervi aceste întrebări pentru prietenele tale, care se vor plânge de aceleaşi lucruri?

CE ESTE AL TĂU, ESTE ŞI AL LUI!

Este adevărat. Când ai fost de acord să te căsătoreşti cu acest bărbat şi „să-l ai şi să-l ţii" întreaga viaţă, tot ce a fost al tău a devenit al lui şi tot ce a fost al lui a devenit al tău. Dar ai putea fi surprinsă de ceea ce consideră el a fi „al lui".

Şi aceasta nu include doar trupul tău. Include şi lucrurile tale – dacă există ceva ce îi place, cum ar fi ascunzătoarea cu covrigi de ciocolată – tot ce se află pe farfuria ta, cheile maşinii tale şi grămada de hârtii şi facturi prin care ai vrea să nu se uite.

Faptul că îi permiţi să revendice „lucrurile tale" este un simbol al respectului faţă de soţul tău. În special în domeniul mâncării!

CHESTIONAR

Faptul că la cină îi oferi soţului prietenei tale bucata ta de muşchi file pe care nu ai mâncat-o

A. nu este o problemă. La urma urmei, bucata are un gust oribil, dar Phil o va mânca oricum.
B. este un gest amabil şi atent (Phil privea lacom).
C. o modalitate sigură de a-ţi reduce la jumătate grăsimile consumate în ziua respectivă.
D. este o greşeală enormă. I-ai oferit-o pentru că o privea atât de doritor, dar n-ai crezut nicio clipă că o va accepta.

Pentru răspunsurile corecte, vezi pagina 232.

GROZAVĂ LA SARCINI SIMULTANE

Am mai spus-o înainte, dar o voi spune din nou. Femeile sunt deosebit de înzestrate să jongleze cu mai multe sarcini simultan. Aceasta ne uimeşte şi ne intimidează pe noi, bărbaţii. De fapt, bărbaţii se pot simţi intimidaţi de însăşi natura vieţii femeilor, din cauză că viaţa femeii implică o mulţime de relaţii şi de detalii.

Sunt uimit de modul în care soţia mea poate jongla simultan cu opt bile în aer şi niciuna dintre ele nu cade jos. Eu încerc să fac două lucruri odată şi obosesc.

Iată un exemplu. Sande este o bucătăreasă minunată, chiar dacă atunci când ne-am căsătorit nu ştia să prăjească nici măcar un băţ. Chiar mai minunat, când găteşte, ea termină toate mâncărurile în acelaşi timp! Când eu gătesc, le spun copiilor: „Toată lumea să treacă la masă. Vom avea porumb." Cincisprezece minute mai târziu spun: „Înapoi la masă. Cartofii copţi sunt gata!" Iar după alte zece minute: „Ei bine, şi puiul e gata!" Aceasta este ideea mea cu privire la sarcini simultane. Apoi e Sande, care pune toate pe masă în acelaşi timp... şi calde. Cum reuşeşte, rămâne pentru mine un mister, după toţi aceşti ani.

Chiar când lucra la magazinul de antichităţi şi sosea acasă la ora 5:30, Sande reuşea să pregătească nişte cine grozave. Câteodată îi făceam o surpriză pregătind cina. Într-o seară m-am gândit: *Cea mai bună mâncare a ei este file de porc şi aş putea s-o fac şi eu. O nimica toată!* Ştiam că ea turna un fel de sos peste file când se cocea la cuptor, dar nu eram prea sigur ce fel de sos. Pentru că nu doream să ştie ce făceam (aduceţi-vă aminte că eu sunt mezinul familiei şi acestora le plac surprizele), nu am sunat-o să o întreb.

AR FI TREBUIT S-O SUN. AŞ FI SALVAT CEI 18 DOLARI PE CARE I-AM DAT PE MUŞCHII FILE DE PORC.

Privind în urmă, îmi dau seama că ar fi trebuit s-o sun. Aş fi salvat cei 18 dolari pe care i-am dat pe muşchii file de porc. Dar eram hotărât să fac totul de unul singur. Şi trebuia să primesc un zece pentru efort. Am rumenit bucata de carne la plită, apoi am turnat sosul şi am pus-o la cuptor, savurând aromele cereşti.

Când ne-am aşezat pentru cină mă simţeam foarte mândru de mine... până când Sande şi copiii s-au uitat la mâncarea mea. Era... dezgustătoare. Sande a încercat câteva bucăţi, dar părea că nu le poate înghiţi. Copiii doar s-au uitat unul la altul, apoi au spus prompt că nu le e foame.

Totul din cauză că am turnat sos făcut din concentrat pentru supă cu tăiţei (şi nu sos de ceapă) pe friptură şi, când am scos friptura de la cuptor, acei tăiţei albi, mici, păreau nişte viermişori!

Eu am mâncat-o – toată. Nimeni altcineva nu s-a atins de mâncare.

Îmi place să mă implic în treburile familiei şi să o ajut pe Sande, dar uneori eforturile mele nu duc la rezultate bune – cum a fost cu fileul de porc. Din fericire, Sande are un simţ al umorului dezvoltat şi înţelege cât de important este pentru mine, ca bărbat, să încerc. Şi nu numai să încerc, dar şi ca ea să observe eforturile mele. De aceea, când pun masa, lovesc paharele, ca Sande să ştie că o ajut şi să-mi mulţumească. Chiar dacă nu sunt grozav la sarcini simultane, aşa cum e Sande, am nevoie să mi se recunoască contribuţia adusă în familie.

Şi la fel are nevoie şi soţul tău!

PORUNCA NUMĂRUL UNU A UNUI BĂRBAT

Care este porunca numărul unu a unui bărbat? „Să nu mă umileşti!"

Bărbatul tău are nevoie să fie respectat, doreşte să ştie că ai nevoie de el şi are nevoie să fie împlinit. Şi niciuna dintre aceste trei nevoi de bază nu sunt împlinite dacă simte că nu este respectat.

Când bărbaţii sunt umiliţi, reacţia lor imediată este să devină tăcuţi. Dar în interiorul lor ei urlă. Ai văzut *The Lion King* şi ai auzit versurile cântecului: „În junglă, în jungla întinsă, leul doarme în noaptea aceasta"?

Leul reprezentat de soţul tău poate părea docil, stând prin preajmă şi căscând, sau dând din coadă la o muscă din când în când, dar fii atentă dacă îl enervezi. S-ar putea să stea liniştit o vreme, dar urletul lui se va auzi *mai tare* mai târziu. Când te vei aştepta mai puţin, s-ar putea să lovească.

Danny s-a simţit umilit ani de zile şi nu i-a spus niciodată soţiei lui, Lauren, cum se simţea... până la marea explozie. Danny era electrician începător şi lucra 55 de ore pe săptămână pentru a-şi susţine familia. Când fiul lor cel mai mic a mers în clasa întâi, Lauren şi-a luat o slujbă. Curând s-a remarcat ca designer. În primul an a reuşit să câştige de două ori cât Danny. De fiecare dată când ea aducea acasă bani, el se simţea umilit. Acum Lauren era cea care asigura traiul familiei într-o măsură mai mare decât el. În al doilea an, au putut să-şi cumpere o maşină mai frumoasă şi să

se mute într-o casă cu trei dormitoare. Copiii lor au început să meargă la o şcoală particulară. Dar aceasta nu l-a făcut pe Danny mai fericit.

LEUL REPREZENTAT DE SOŢUL TĂU POATE PĂREA DOCIL, STÂND PRIN PREAJMĂ ŞI CĂSCÂND SAU DÂND DIN COADĂ LA O MUSCĂ DIN CÂND ÎN CÂND, DAR FII ATENTĂ DACĂ ÎL ENERVEZI.

Ultima picătură a fost când l-a auzit pe fiul lui, Troy, lăudându-se unui alt băiat de clasa a patra pe terenul de joacă: „Mama mea câştigă mai mult decât tatăl tău!"

Danny a stat liniştit în acea seară la cină. După ce copiii s-au culcat, i-a spus soţiei lui că trebuie să facă un comision... şi nu a mai venit acasă.

LUPTĂ CORECT!

Fiecare cuplu are aceste „momente ale adevărului", când se spun multe cuvinte. Aşadar, când trebuie să lupţi, cel puţin luptă cinstit!

1. Adu-ţi aminte că a te lupta este un act de cooperare.
2. Rămâi la subiectul pe care îl discutaţi.
3. Nu dezgropa mormintele, aducând la iveală lucruri din trecut.
4. Evită cuvintele *tu* şi *niciodată*, cum ar fi: „Tu niciodată nu mă asculţi!"
5. Staţi faţă în faţă şi ţineţi-vă de mâini.
6. Vorbiţi pe rând. Nu-l întrerupeţi pe celălalt.
7. Când unul a terminat, celălalt poate să-i răspundă.
8. După acest schimb de replici, ajungeţi la o concluzie doar dacă problema trebuie să fie clarificată (de exemplu, dacă cineva are o percepţie greşită). Nu omorâţi calul mort.
9. Dacă discuţia devine prea aprinsă, luaţi o pauză. Copiii au nevoie de pauze, şi, de asemenea, şi voi!

#10 Nu evitaţi subiectul. După pauză, rediscutaţi-l în aceeaşi zi. Nu lăsaţi să apună soarele peste mânia voastră (Efes. 4:26).

Mai târziu el a sunat-o şi i-a lăsat un mesaj: „Te părăsesc. Tu şi copiii nu mai aveţi nevoie de mine. Sper să aveţi o viaţă bună."

Lauren era furioasă – şi şocată. Cum a putut face aşa ceva?

Niciodată nu a spus nimic despre faptul că era nefericit. Şi acum îi părăsea? *De unde au venit toate astea?*, se întreba ea.

Ar fi mai puţine divorţuri dacă ar exista mai multe căsnicii „fără greşeli".
– Autor necunoscut

Danny a revenit după o săptămână. A fost nevoie de un an de consiliere cu Danny şi Lauren ca să se împace. În cele din urmă, Lauren a aflat motivul pentru care Danny era atât de supărat – pentru că ea câştiga mai mult ca el.

Deja pot auzi cuvintele voastre. „Şi ce-i cu asta? Eşti atât de sexist! Trebuia să fie fericit că şi-au putut cumpăra o casă mai mare şi o maşină mai bună şi că au putut să-şi trimită copiii la o şcoală particulară."

Dar ascultaţi din ce familie provenea Danny. Tatăl lui era o persoană supusă, care făcea întotdeauna „ce i se spunea." Mama lui Danny conducea gospodăria... şi viaţa soţului ei. La vârsta de 53 de ani, tatăl lui Danny s-a sinucis. Tot ce i-a rămas lui Danny de la el era o notă mototolită pe care scria: *Tot ce mi-am dorit a fost puţin respect.*

Lui Danny îi era frică că, dacă soţia lui câştiga mai mult decât el, ea va conduce casa în locul lui.

În mintea şi în inima lui Danny se petreceau mai multe decât putea şti soţia lui!

Sunt sexist şi folosesc acest exemplu ca să-ţi spun să-ţi laşi *slujba* dacă câştigi mai mult decât soţul tău? Nicidecum. Ralph şi Louise au făcut ca acest scenariu să funcţioneze – şi într-un mod fericit – mai mult de 25 de ani. Diferenţa dintre cupluri constă în ceea ce este „în spatele povestirii". Pentru Danny, faptul că soţia lui câştiga mai mult decât el, îl speria şi îl demasculiniza. Nu se simţea respectat sau cinstit în propria casă. Chiar fiul lui ştia că tatăl lui nu se ridică la nivelul mamei lui.

Ralph era un tip încrezător, care provenea dintr-o familie stabilă, iubitoare. El şi soţia lui ieşeau să sărbătorească de fiecare dată când i se mărea lui salariul şi de fiecare dată când i se mărea ei salariul!

Apostolul Pavel vorbea bărbaţilor când a spus: „Fiecare din voi să-şi iubească nevasta ca pe sine; şi nevasta să-şi respecte bărbatul."[2]

O alegere interesantă a cuvintelor.

Soţul trebuie să-şi *iubească* soţia. Şi *afecţiunea* (traduceţi: dragostea) este nevoia ei cea mai mare!

O soţie trebuie să-şi *respecte* soţul. Şi *respectul* este nevoia lui cea mai mare!

Căsnicia înseamnă să pui nevoile partenerului deasupra nevoilor tale. Aceasta înseamnă să alegi să-ţi respecţi soţul, fie că eşti, fie că nu eşti de acord cu el. Respectul nu se bazează pe slujba lui (sau pe lipsa ei), sau pe faptul că are succes (sau nu), ci pe ceea ce este el.

Cu toţii ar trebui să urmăm sfatul lui Pavel.

Dacă îi arăţi respect soţului tău, el va face orice pentru tine. Vei avea un partener real, pe viaţă, loial.

BCU IAŞI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

„Limbajul bărbaţilor"

CE ÎL DESCRIE CEL MAI BINE PE SOŢUL TĂU?

1. Călăreţul singuratic care se îndreptă spre apus
2. Un porumbel aflat într-o crăpătură de stâncă
3. Grozavul om al peşterii
4. Altceva

Noi, bărbaţii, nu vrem să recunoaştem niciodată că ne-am rătăcit, că suntem incapabili sau că avem nevoie de ajutorul vostru. La urma urmei, ne-am născut şi am crescut să fim asemenea Călăreţului singuratic. El nu are un grup de oameni în jur care să-l ajute să-şi facă treaba. Este tipul suficient sieşi, care călăreşte spre apus. Nu se opreşte în spatele celei mai apropiate stânci pentru a se uita pe o hartă sau să ceară cuiva indicaţii. El *ştie* încotro se îndreaptă (mai mult, dacă ar cere ajutor, acest lucru ar strica filmul).

Aşadar, cum îl faci pe acest tip suficient sieşi să stea pe aceeaşi stâncă cu tine?

Domoleşte-i latura competitivă

Gândeşte-te la ce te-a atras la el prima dată. Apoi scrie-i un bilet şi retrăieşte acea experienţă povestind-o în scris. Spune-i cât de mult îl respecţi. „Iubitule, sunt atât de mândră de tine pentru toată munca grea pe care ai făcut-o în ultima săptămână. Ştiu că este epuizant, dar ştiu că poţi s-o faci!" Dacă ştie că are respectul tău, nu se va irita când va trebui să-i spui uneori că nu eşti de acord cu el sau că a stricat lucrurile.

Nicio fiinţă umană nu este întotdeauna vrednică de dragoste. Cu siguranţă că nici tu nu eşti – în special în acea perioadă dificilă din lună. Nu este momentul pe care noi bărbaţii îl alegem să discutăm cu voi despre vinderea casei şi mutarea în Balcani. Chiar când nu vă simţiţi atrăgătoare, ce doriţi de la soţul vostru? Să vă simţiţi iubite, nu-i aşa?

Ceea ce îşi doreşte el cel mai mult este respectul tău. Din acest motiv, spune-i că este important pentru tine şi că are un rol important în viaţa ta şi în lume.

Exprimă-ţi verbal încrederea în el

Nu presupune că ştie că ai încredere în el. Exprimă-ţi verbal această încredere.

Să presupunem că vă gândiţi să luaţi o decizie majoră, cum ar fi să vă mutaţi. El are nevoie să audă ce crezi şi ce simţi cu privire la mutare, dar, de asemenea, are nevoie să audă de la tine: „Mă încred în tine. Ştiu că vei analiza cu grijă toate opţiunile şi vei lua cele mai bune decizii pentru familia ta. Mi-ar plăcea dacă mi-ai împărtăşi gândurile tale pe măsură ce îţi vin, pentru ca să pot fi la curent cu ceea ce gândeşti."

Acesta este un mod înţelept prin care spui că ai vrea să fii informată pe măsură ce gândurile îi vin în minte, în loc să-ţi anunţe decizia lui, dar prin care îi comunici şi că te încrezi în el şi în planificarea lui atentă a vieţii voastre.

Ar trebui ca uneori să pui întrebări? Desigur! Atâta vreme cât aceste întrebări sunt exprimate într-un mod respectuos. „Înţeleg ce vrei să spui, şi cred că eşti pe calea cea bună. Te-ai gândit şi la...?" Evită să foloseşti cuvântul *dar* în discuţia ta şi el va fi mai puţin iritat.

Dacă te trezeşti că discuţi în contradictoriu cu partenerul tău de viaţă referitor la o decizie, este timpul să te retragi, să iei o pauză şi apoi să discutaţi din nou problema în acea zi (vezi „Luptă cinstit!" de la pagina 185 pentru mai multe sfaturi), când vei fi în stare să te gândeşti la răspunsul pe care îi dai, nu doar să reacţionezi.

Gândeşte-te la lucrul acesta în felul următor: Ţi-ar plăcea ca cineva să se certe cu tine referitor la deciziile tale zilnice? Ce ar

trebui să porţi la locul de muncă? Cum ar trebui să-ţi disciplinezi copiii? Ce alimente să cumperi?

Soţul tău are nevoie de respectul şi de încrederea ta în el.

Ai auzit vreodată vechiul proverb: „Ce gândesc oamenii despre tine, aceea vei deveni"?

SOŢUL TĂU ARE NEVOIE DE RESPECTUL ŞI DE ÎNCREDEREA TA ÎN EL.

Învaţă să citeşti semnalele secrete

Unui bărbat îi este destul de greu să vorbească. Adaugă la aceasta faptul că nu poate fi onest privitor la gândurile şi sentimentele lui, deoarece este sigur că vei gândi fie: *Nu poate să se gândească cu adevărat la aceasta*, fie s-ar putea ca adevărul să te supere. Aşadar, noi, bărbaţii, ca şi căţeluşii, am învăţat răspunsurile corecte. Dacă stăm jos şi lătrăm adecvat sau facem ce ni s-a cerut, vom fi băgaţi în seamă. Dacă nu ne comportăm adecvat, vom fi închişi în cuşcă. Nu suntem atât de proşti încât să riscăm aceasta!

Aşadar, dacă vrei să ştii ce credem cu adevărat, citeşte-ne limbajul trupului. Soţul tău îşi mută greutatea de pe un picior pe altul, fiind incapabil să întâlnească privirile tale? Atunci se simte stânjenit de întrebare. Este chiar mai îngrijorat să nu-ţi rănească sentimentele. Dacă acestea sunt semnalele lui, poate doreşti să reformulezi şi să spui: „Iubitule, îmi pare rău că te-am întrebat asta. Ştiu că te pune într-o situaţie dificilă, dar ceea ce gândeşti este important pentru mine. Vreau să fiu atractivă pentru tine. Acesta este lucrul cel mai important pentru mine".

Şi apoi, dacă răspunde la întrebarea ta, ia răspunsul aşa cum e. Nu încerca să citeşti printre rânduri, nu-l interpreta. Ia-l ca adevărat.

„Cred că arăţi puţin ca un bondar în costumul acela galben cu negru", ar putea spune el. „Mai este ceva ce ai putea purta la cina companiei mele?"

Înţelege că ceea ce spune nu are rolul de a te răni (doar dacă te confruntă cu un tip care are o atitudine de rezistenţă tăcută). Acesta este adevărul, prin prisma lui. Adevărul gol-goluţ.

Uită-te din nou la tine

Ce lucru ţi-ai promis că nu-l vei mai face când te vei căsători? Ia-ţi un minut pentru a reflecta.

Acum, dă-mi voie să-ţi pun o întrebare. Ai *făcut* acel lucru? Dacă da, cât timp ţi-a luat înainte de a spune aceleaşi cuvinte sau a folosi acelaşi ton sau gesturi ca tatăl tău?

Modul în care îţi tratezi soţul are mult de-a face cu cât de mult ţi-ai respectat tatăl.

Iată ce vreau să spun. Un tată promite fiicei lui că o va scoate la îngheţată după ce va reveni de la magazinul de articole de uz casnic. Fiica lui îl aşteaptă nerăbdătoare timp de două ore. În cele din urmă, tatăl ajunge acasă, dar miroase a alcool şi vorbirea îi este neclară. Desigur, şi-a uitat promisiunea de a-şi scoate fiica la o îngheţată.

Douăzeci de ani mai târziu, soţul ei îi promite că o va scoate la cină în oraş. El întârzie justificat, deoarece în drumul spre casă face o pană. Când, în cele din urmă, apare cu 45 de minute întârziere, soţia lui îi trage o săpuneală. El nu înţelege de ce este ea atât de supărată, deoarece nu pricepe că ea nu ţipă de fapt la el – ci la tatăl ei beţiv.

Evenimentele timpurii din viaţă (când erai în clasa a treia sau mai mică) ţi-au modelat aşteptările cu privire la viaţă şi la modul în care ar trebui făcute lucrurile. Ai învăţat fie că lumea este un loc sigur... fie că e unul periculos. Ţi-ai format presupunerea că oamenii sau te vor trata cu amabilitate... sau te vor trăda şi te vor ameninţa. Din cauza modului în care ai fost tratată, ai învăţat să-ţi formezi presupuneri pe care acum, ca adult, le iei de bune. Te mai miri că îţi percepi soţul prin lentilele amintirilor tale?

TE MAI MIRI CĂ ÎŢI PERCEPI SOŢUL PRIN LENTILELE AMINTIRILOR TALE?

La fel ca Cheri, care se supăra de fiecare dată când soţul ei o întreba: „Cum ţi-a trecut ziua?" Ea nu va uita niciodată cum tatăl ei o punea să dea raportul – în scris – la fiecare zece minute din viaţa ei de adolescentă.

Ce este în trecutul tău? Cum te-ai relaţionat la tatăl tău? Ce presupuneri ai dus cu tine din copilărie?

Pe măsură ce înveţi să recunoşti tendinţele bazate pe istoria ta cu tatăl tău, vei dobândi o mai bună înţelegere a acestor presupuneri nerostite. Până nu vei afla care sunt acestea, nu vei putea fi în stare să le schimbi. În cazul abuzului, vei avea nevoie de ajutorul unui consilier bun, care să te ajute să-ţi depăşeşti trecutul.

Tu trebuie să fii cea care iniţiază această privire în trecut. Nimeni altcineva nu poate începe acest proces în locul tău. Tu trebuie să fii cea care descoperă, evaluează, şi apoi vine cu un plan de schimbare a răspunsului din prezent.

Va trebui să fii răbdătoare cu tine însuţi, căci schimbările nu se vor petrece peste noapte. Ci, de fiecare dată când eşti tentată să reacţionezi faţă de soţul tău de parcă ar fi tatăl tău şi vrei să-i răspunzi cu sarcasm, mai întâi inspiră profund. Gândeşte-te: *El nu este tatăl meu. Merită respectul meu.*

Cere-I lui Dumnezeu să te ajute să-ţi depăşeşti trecutul, ca să poţi creşte în încredere, în dragostea faţă de soţul tău şi în împlinirea nevoilor lui.

Urmăreşte respectul reciproc în căminul vostru

În Efeseni 5:21, apostolul Pavel ne dă cea mai bună regulă pe care ar putea-o da cineva pentru căsnicie: „Supuneţi-vă unii altora în frica lui Cristos." În casele foarte tradiţionale sau foarte religioase, se face mare agitaţie cu privire la Efeseni 5:22: „Nevestelor, fiţi supuse bărbaţilor voştri ca Domnului." Dar adesea se trece cu vederea versetul 21. De ce?

Sunt convins că motivul este că atât de mulţi înţeleg greşit ce vrea să spună versetul 22. Adăugaţi versetul 25: „Bărbaţilor, iubiţi-vă nevestele cum a iubit şi Cristos Biserica şi S-a dat pe Sine pentru ea", şi veţi avea o imagine mai mare şi mai bogată a sensului pasajului.

În căsniciile care durează, supunerea este reciprocă; respectul este reciproc. Ambele părţi sunt de acord că sunt egale în faţa lui Dumnezeu şi unul în faţa celuilalt, dar că sunt şi diferite. Faptul că cei doi sunt egali nu înseamnă că sunt identici.

Dumnezeu a dat fiecăruia dintre voi abilităţi unice şi aceasta vă face un cuplu. Cu siguranţă că aceasta face ca viaţa să fie fascinantă!

Căsnicia este o unire care nu poate fi organizată când ambele părţi cred că trebuie să conducă.

– Autor necunoscut

Cuplul care urmăreşte respectul reciproc va crea în casa lor acel gen de atmosferă în care fiecare se simte în siguranţă să-şi exprime sentimentele. Nu trebuie să fii de acord, dar trebuie să-l asculţi pe celălalt fără să-l întrerupi. Şi trebuie să respecţi gândurile şi emoţiile din spatele cuvintelor, chiar dacă ai un punct de vedere diferit. Când într-o familie se stabileşte o astfel de atmosferă, respectul reciproc va fi la loc de cinste şi cu toţii vor avea de câştigat.

FĂ DIN CASA TA UN REFUGIU

1. Comunică într-un stil neamenințător. Ridicarea vocii (un mod frumos de a spune „a ţipa") nu este tolerată.
2. Elimină asprimea şi nepoliteţea din tonul tău.
3. Apreciază-i opiniile şi gândurile, chiar dacă nu sunt la fel de bine formulate ca ale tale.
4. Opreşte-te din ceea ce faci şi uită-te în ochii lui când are ceva să-ţi spună.
5. Permite-i să-şi exprime sentimentele, chiar când sunt mai dure şi când sunt exprimate mai necizelat decât ţi-ar plăcea.
6. Alege-ţi cu grijă luptele. Nu merită să lupţi pentru fiecare lucru mărunt.
7. Râdeţi mult împreună.
8. Rugaţi-vă unul pentru altul şi rugaţi-vă împreună.

Sărbătoreşte-i succesele, chiar dacă ţi se par nesemnificative

Chiar dacă nu face lucrurile atât de bine cum le faci tu, mulţumeşte-i pentru efortul depus. Încurajează-l prima dată când schimbă un scutec. „Oh, iubitule, ai reuşit! Pampersurile sunt uneori dificil de schimbat, dar tu ai reuşit! Şi uită-te cât este de bucuroasă. Ce tată grozav eşti!"

Poate ţie ţi se pare un lucru mărunt ca el să schimbe un scutec când vine acasă de la lucru, dar pentru el este un lucru mare. Astfel îşi aduce aportul în familie şi o face într-un mod care este complet în afara experienţei lui. Pot confirma că cei mai mulţi

bărbaţi nu au nicio idee că nu trebuie *niciodată* să verifici un scutec din spate, decât dacă vrei să-ţi murdăreşti degetele!

Dacă ai de-a face cu o situaţie nouă cu care nu te-ai mai întâlnit, cum ai vrea să fii tratată?

Repet, totul se reduce la Regula de aur: „Tratează-i pe alţii aşa cum ai vrea să fii tratat tu însuţi."

Aceasta face să funcţioneze căsnicia.

BCU IAŞI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IAȘI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

AL ŞAPTELEA LUCRU
PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

„Aş accepta să încasez un glonţ pentru tine."

De ce bărbatul tău vrea nu doar să fie un erou, ci vrea să fie eroul tău.

• • •

Dacă ţi-ai făcut o listă cu eroii din viaţa ta, cine ar figura pe această listă?

Nu voi uita niciodată pompierii care au intrat în clădirile cuprinse de flăcări ale World Trade Center şi ale Pentagonului, în 11 septembrie 2001. Ei îşi riscau vieţile pentru a le salva pe ale altora, oameni pe care nici nu-i cunoşteau, şi mulţi dintre ei au murit în acea zi. Da, acei oameni aveau o slujbă care le cerea să-şi expună vieţile, dar în acea zi – şi în cele care au urmat – acei pompieri din New York şi-au depăşit chemarea datoriei lor.

Au fost alţii, cum ar fi Todd Beamer, care ştia că va muri pentru acţiunea lui, dar a ales să se lupte cu teroriştii aflaţi în zborul United Flight 93 – singurul atac terorist cu deturnare de avion din 11 septembrie care nu şi-a atins ţinta. Oare s-a trezit Todd în acea zi spunându-şi: „Voi fi un erou?" Desigur că nu. S-a urcat în avion crezând că va fi o călătorie obişnuită de afaceri. Totuşi, ultimele lui cuvinte de pe pământ: „Să-i dăm drumul!", au devenit strigătul de mobilizare al naţiunii.[1]

Îmi amintesc că, în acea zi, m-am întors spre soţia mea, în timp ce stăteam năucit şi îngrozit şi i-am spus cu o voce sugrumată: „Aceştia sunt *bărbaţi adevăraţi*."

Acei bărbaţi (şi acele femei) au făcut sacrificiul suprem. Au dărâmat ziduri pentru a salva oameni, gândindu-se puţin sau chiar deloc la riscul pe care şi-l asumau. Şi-au riscat siguranţa lor fizică pentru a-i pune pe alţii pe primul plan.

Aveţi vreo idee, doamnelor, cât de mult doresc soţii voştri ca ei să fie eroii voştri? Ce *nevoie* are el să fie eroul tău? Pentru tine ar dărâma cu entuziasm un zid şi nu s-ar îngrijora de pericolul pe care şi-l asumă.

DORINŢA DE A FI EROUL TĂU ESTE CEEA CE ÎL PUNE ÎN MIŞCARE PE SOŢUL TĂU.

Dorinţa de a fi eroul tău este ceea ce îl pune în mişcare pe soţul tău. Ea îl face să muncească orele îndelungate şi să accepte să facă drumul lung până la locul de muncă. De aceea ia avionul în fiecare miercuri şi nu vine acasă până vineri. Există limite în ce priveşte dedicarea lui faţă de compania la care lucrează. Dar în ce te priveşte pe tine? Dacă se simte respectat, dorit şi împlinit de tine, nu va avea reţineri. Va face orice. Va fi gata să încaseze un glonţ pentru tine.

DACĂ SE SIMTE RESPECTAT, DORIT ŞI ÎMPLINIT DE TINE, NU VA AVEA REŢINERI. VA FACE ORICE. VA FI GATA SĂ ÎNCASEZE UN GLONŢ PENTRU TINE.

Pentru că aşa face un bărbat adevărat... şi aşa ajunge erou în ochii femeii pe care o iubeşte.

EL DOREŞTE SĂ FIE JAMES BOND PENTRU TINE

Dacă ai văzut vreun film cu James Bond, ştii la ce să te aştepţi. Chiar în mijlocul aventurii, a pericolului şi a intrigii, James Bond are timp întotdeauna să curteze o doamnă. Şi doamnele lui nu sunt creaturi slabe. Cele mai multe dintre ele pot sta pe picioarele lor – şi ştiu să te pună la punct.

Pot înţelege aceasta. Îmi plac familiile italiano-americane. Am crescut cu ele în New York. Bărbaţii pot acţiona de parcă şi-ar

conduce familiile, dar realitatea este că *femeile* conduc familia. Ele doar îi lasă pe bărbaţi să creadă că ei o fac!

AM CRESCUT CU ITALIENII DIN NEW YORK. BĂRBAŢII POT ACŢIONA DE PARCĂ ŞI-AR CONDUCE FAMILIILE, DAR REALITATEA ESTE CĂ FEMEILE CONDUC FAMILIA. ELE DOAR ÎI LASĂ PE BĂRBAŢI SĂ CREADĂ CĂ EI O FAC!

CHESTIONAR

De ce îi este greu bărbatului tău să devină eroul tău.

A. Pentru că tu faci orice lucru atât de bine – şi le faci pe toate bine.

B. Eşti atât de ocupată.

C. Nu îi dai ocazia să te ajute sau să-ţi facă pe plac.

D. Pentru că îi este teamă că îi vei găsi greşeli în tot ce face.

Pentru răspunsurile corecte, vezi paginile 232.

Există o concepţie greşită printre mulţi că bărbaţii doresc femei neajutorate. Rhonda a căzut în această capcană. Avea 38 de ani, era necăsătorită, dar dorea să se căsătorească. Timp de zece ani îşi dorise să-şi cumpere o casă – o casă galbenă – şi să planteze o grădină. Dar an după an a stat într-un apartament, deoarece îi era frică că, dacă va da impresia că îşi este suficientă, niciun bărbat nu o va dori vreodată. Credea că el va fi intimidat de independenţa ei.

Agresivitatea este parte a modului în care au fost concepuţi bărbaţii; am fost programaţi să fim agresivi.

– John Eldredge, *Wild at Heart*[2]

Dar un bărbat echilibrat nu-şi doreşte o femeie neajutorată. El îşi doreşte o femeie capabilă, care să aibă un sentiment al independenţei şi al autosuficienţei, dar care să fie totuşi vulnerabilă şi să aibă nevoie să fie salvată din când în când.

El doreşte să fie propriul tău James Bond care acţionează în viaţa reală, sărind pentru tine de pe clădiri înalte şi plecând în

grabă să te salveze. El are nevoie să depinzi de el. Doreşte să-ţi poarte de grijă. Tânjeşte după respectul şi admiraţia ta. Şi, da, doreşte să-i răspunzi sexual cu ardoarea femeilor din filmele cu James Bond. Doreşte să fii excitată *şi* să ştii să exciţi în pat.

Poate că soţul tău nu este primul la locul de muncă, poate că nu are cea mai rapidă maşină, poate că nu mai arată cum arăta când v-aţi cunoscut, poate că părul i se răreşte în timp ce burta îi creşte, dar, dacă iubita lui îl iubeşte aşa cum este, el se va simţi din nou tânăr. Va fi în stare să lupte împotriva întregii lumi – cu un şef enervant, cu o provocare vocaţională dificilă sau cu acea slujbă aparent fără niciun viitor – încă o dată. Chiar dacă a fost respins de 20 de firme, dacă bărbatul are acasă o soţie iubitoare, în fiecare seară, după ce şi-a căutat de lucru, el se va retrage în insula lui personală a dragostei. Va primi suficientă energie pentru ca în ziua următoare să treacă pe la alte 20 de firme.

Împlinirea de la locul de muncă nu echivalează nici pe departe cu energia pe care i-o dă cuvintele tale şoptite: „James, te iubesc... Am nevoie de tine..."

Aşa cum a pus John Eldredge: „Nu există nimic care să-l inspire atât de mult pe un bărbat ca o femeie frumoasă. Ea te va face să ai grijă de castel, să ucizi uriaşul, să sari peste obstacole... Un bărbat doreşte să fie eroul frumoasei lui."[3]

UNEORI EL MERGE PE BÂRNĂ... ŞI CADE

De fiecare dată când văd un gimnast la Jocurile Olimpice, mă minunez. Cum se urcă şi fac toate acele exerciţii pe bârna care are o lăţime de 10 cm? Gimnaştii au un echilibru, o forţă şi o hotărâre incredibile. Eu simt durere în trup doar când mă uit la tipii de la inele care îşi ţin întregul corp prin puterea braţelor lor!

Dar chiar şi eroii reali au parte de experienţe neplăcute în viaţă şi cad uneori de pe bârnă. Uneori eroul tău real are nevoie de ajutorul şi de încurajarea ta pentru a reveni la exerciţiu.

Săptămâna trecută am primit un telefon de la un bărbat de 54 de ani, care era disperat. După ce compania lui s-a restructurat şi funcţia lui a fost eliminată din noua schemă, a petrecut trei luni căutându-şi de lucru, iar în ultimele şase luni a străbătut jumătate

de ţară cu camionul. În acest timp şi-a văzut copiii doar 14 zile. El şi familia lui încercau doar să supravieţuiască. Era supărat în interiorul lui de faptul că soţia lui a trebuit să se înscrie pentru a primi bonuri de masă. „Mă întreb dacă viaţa mai merită trăită", a spus el. „Nici măcar nu pot să-mi îngrijesc familia."

Un alt cuplu, Bill şi Kristine, s-au căsătorit târziu. Aveau amândoi 50 de ani şi doi copii adolescenţi. Kristine lucra cu jumătate de normă ca profesoară, iar din leafa soţului îşi plăteau facturile. Apoi el şi-a pierdut slujba şi i-a fost greu să-şi găsească una nouă, având în vedere vârsta pe care o avea. Kristine a încercat să compenseze. Şi-a luat un post de profesoară cu normă întreagă şi, de asemenea, a reuşit să obţină şi asigurare medicală. Dar soţul ei a fost distrus. Familia lor nu putea trăi din salariul ei mic, care abia acoperea ratele pentru casă.

Cumva au reuşit să o scoată la capăt trei luni folosindu-se de puţinele lor economii. Totuşi, prin luna a patra, frigiderul şi rafturile din cămară erau goale.

Într-o după-amiază, prietenii lor, Evan şi Rebecca, au apărut cu o maşină plină cu alimente. Bill, un tip robust, îndesat, a stat la uşă şi a plâns. „Îmi este atât de greu să le primesc", a spus el. „Niciodată nu am cerut milă. Nu sunt un leneş. Ce pot face pentru voi?"

Vedeţi, Bill *avea nevoie* să facă ceva pentru familia care l-a ajutat. Ei i-au adus alimente, dar el trebuia să facă ceva în schimb. Aşa că, în acea după-amiază, a mers la casa lui Evan şi a Rebeccăi şi l-a ajutat pe Evan să taie un copac din curte, care căzuse cu ocazia unei furtuni. Spre seară, copacul era tăiat în bucăţi bune de pus pe foc. Dar s-a mai produs o schimbare. În loc să aibă o privire de învins, Bill zâmbea. Şi în mersul lui, păşea cu încredere.

Două zile mai târziu Kristine a sunat-o pe Rebecca şi a spus: „Vă mulţumesc că i-aţi redat lui Bill bărbăţia. Zâmbeşte din nou şi a hotărât să încerce să-şi găsească o slujbă într-un alt domeniu."

Viaţa în zilele de azi este nesigură. Un tip pe care îl cunosc a lucrat 25 de ani la un magazin Radio Shack până când compania a închis un număr mare de magazine din cauza competiţiei dure. Imaginaţi-vă – ţi-ai petrecut un sfert de secol într-un magazin, apoi aceasta se închide şi nu mai eşti angajat! Vechea companie

Radio Shack şi-a anunţat mii de oameni prin e-mail că parteneriatul cu compania lor era de domeniul trecutului.

ÎNTREBĂRI PE CARE ŞI LE PUNE ZILNIC O FEMEIE

- Mă iubeşte?
- Mă iubeşte?
- Mă iubeşte?

ÎNTREBĂRI PE CARE ŞI LE PUNE ZILNIC UN BĂRBAT

- Mă respectă sau mă ia de bun?
- Înţelege cât de mult am nevoie să fiu eroul ei?
- Ştie cât de împlinit mă simt când pot să mă îngrijesc aşa cum vreau de familia mea – şi cât de mult sufăr atunci când nu pot?

Când viaţa soţului tău îşi schimbă direcţia, spre cine se întoarce el? Înspre prietenii lui? Vizionează meciul echipei Chicago Bears, care îi place atât de mult? Nu, se întoarce spre tine. Dar dacă tu eşti prea ocupată să asculţi ce are de spus, sau prea speriată să asculţi ce are de spus (deoarece s-ar putea să te gândeşti: *Vrea să-şi schimbe slujba? Să se mute în cealaltă parte a ţării? Nu pot să mă mut aşa uşor!*), el se va îngropa în munca lui. Cel mai rău, nu vei reuşi să vezi inima eroului tău.

Pentru un bărbat este un lucru crucial să ştie că, chiar dacă este inadecvat în anumite domenii, totuşi tu îl respecţi şi crezi că poate să-şi întreţină familia. Un bărbat îşi extrage buna dispoziţie psihologică din faptul că asigură traiul familiei lui – aceasta este parte a impulsului dat de Dumnezeu, care trebuie să fie împlinit.

De aceea, un bărbat, chiar mai mult decât o femeie, se teme să-şi piardă sau să-şi schimbe slujba. Mentalitatea călăreţului singuratic este atât de puternică, încât, pentru un bărbat a recunoaşte că „s-a pierdut" înseamnă demasculinizare – fie că e vorba de un drum când conduce maşina, de carieră, de relaţia lui cu tine sau de orice alt domeniu din viaţa lui.

De aceea, la consiliere merg mai multe femei decât bărbaţi. Unui bărbat îi ia mult timp şi multă umilinţă să recunoască că are nevoie de ajutor. De aceea, s-ar putea ca tu, iubirea vieţii lui, să trebuiască să-i oferi acel ghiont tandru înspre vindecare.

Această vindecare începe cu credinţa ta în el şi cu încrederea ta nepieritoare că veţi putea trece împreună cu bine chiar peste perioadele cele mai dificile.

UNUI BĂRBAT ÎI IA MULT TIMP ŞI MULTĂ UMILINŢĂ SĂ RECUNOASCĂ CĂ ARE NEVOIE DE AJUTOR.

EL ARE NEVOIE DE ÎNCREDEREA TA DEPLINĂ

Ascult câteodată postul de radio Top 40 din Tucson. Într-o dimineaţă am ascultat un program care se numea *The War of the Roses*. Este un program în care în angajat al staţiei radio sună un bărbat, îi spune că doresc să trimită flori gratuit – fără vreun aranjament deosebit – şi îl întreabă cui doreşte să trimită flori. Păcăleala este că soţia sau prietena bărbatului ascultă convorbirea telefonică. Ea nu are încredere în el şi vrea să ştie dacă o înşeală.

„Tot ce trebuie să faceţi", îi spune angajatul bărbatului, „este să ne spuneţi cui să trimitem florile... şi apoi să faceţi reclamă serviciului minunat oferit de noi."

În acea dimineaţă programul avea pe fir un soţ. „Grozav!", a spus el. „Trimite-le secretarei mele."

„Ştii că sunt trandafiri roşii, nu-i aşa?", l-a întrebat angajatul de la radio. „Trandafiri romantici?"

„E în regulă", a spus soţul. „Astăzi este aniversarea zilei ei de naştere, aşa că florile vor fi perfecte."

„Bine, domnule. Ce aţi dori să scriem pe felicitare?"

„Scrieţi *La mulţi ani*... doar atât."

„Stai o clipă!", a ţipat soţia bărbatului din locul unde stătea în studioul postului de radio. „Nu-mi trimiţi florile mie?"

Pe bună dreptate, soţul nu înţelegea de unde venea vocea nouă care se auzea. Aşa că a răspuns: „Nu, trimite-le te rog secretarei mele. Mulţumesc."

Femeia era furioasă. A luat telefonul şi a spus: „Când e ziua

Pătrunde în mintea unui bărbat... *De ce să-i trimit flori soţiei mele? Ele se vor ofili! Ce ar spune aceasta despre relaţia noastră?*

– Autor anonim

mea, nu-mi trimiţi flori. Iar acum, chiar dacă sunt pe gratis, nu vrei să mi le trimiţi mie! Ce e în neregulă cu tine?"

În următoarele zece minute soţia l-a acuzat că are o aventură, l-a certat că nu este atent cu ea şi l-a acuzat spunând: „Eşti ca celălalt bărbat pe care l-am cunoscut. Un ratat!"

După lunga ei critică răutăcioasă, cum a răspuns bărbatul? Cu un trist: „Iubito, ştii că noi nu facem lucruri de felul acesta. Cum ar fi să ne trimitem unul altuia trandafiri."

El era un tip obişnuit – poate puţin ciudat, dar un soţ care muncea din greu, era responsabil, loial, avea o slujbă bună şi se îngrijea bine de soţia lui. La un anumit moment a spus că trebuie să se întoarcă la muncă şi a încheiat spunând: „Te iubesc. Va trebui să vorbim despre aceasta mai târziu." Şi a pus jos receptorul.

Cum putea s-o iubească pe acea femeie, eu nu pot pricepe. Reuşea să te scoată din minţi.

În cele din urmă, după multe discuţii, femeia a recunoscut în faţa angajaţilor de la radio că avea o aventură şi credea că şi soţul ei avea una.

Ca răspuns la această conversaţie, persoana de la radio care îl sunase pe soţ a întrebat: „Ce nu e în regulă la această femeie?"

Zi de zi, soţul ei era un erou liniştit, purtând grijă unei femei care nu-l aprecia şi care nu avea încredere în el.

Această întâmplare m-a făcut să plâng, căci fără încredere nu poate exista nicio relaţie.

FĂRĂ ÎNCREDERE NU POATE EXISTA NICIO RELAŢIE.

Apoi sunt cupluri ca Rick şi Kaye. În ultimii trei ani, Kaye a fost imobilizată în scaunul cu rotile datorită sclerozei multiple. Rick este un ciclist activ şi un jucător de tenis. Tocmai şi-a prezentat demisia şefului său cu o zi în urmă. „Doresc să petrec mai mult timp cu Kaye", i-a spus Rick şefului lui. „Ea este raţiunea mea de a trăi."

Există o astfel de încredere, loialitate, cinste şi respect în relaţia lor în mijlocul bolii lui Kaye, încât toţi cei care văd relaţionarea lor prietenoasă, se minunează şi sunt conştienţi de propriile lor binecuvântări.

EL ESTE UN EROU ÎN FIECARE ZI

Într-o zi eram acasă şi îmi beam cafeaua, când am auzit discuţia dintre soţia mea, Sande, fiica mea, Krissy, şi Debbie, secretara mea. Discutau să iasă împreună la masă.

„Trebuie să plec", le-am spus şi m-am îndreptat spre uşă pentru a merge la lucru. Dar pe drum s-a întâmplat să trec pe lângă restaurantul unde urma ca ele să ia masa. Dintr-un capriciu, am oprit şi am găsit-o pe patroana localului.

„Soţia mea va veni aici la masă la orele 12:30. Are rezervate trei locuri, plus un bebeluş. Aş vrea să plătesc pentru masă", i-am spus.

Patroana localului s-a uitat la mine de parcă îmi lipsea o doagă.

„Aş vrea să-mi citeşti cardul cât timp stau aici, ca să-i pot plăti consumaţia. Apoi spune-i că masa a fost plătită."

„Prea bine", a spus patroana şi mi-a citit cardul, apoi a continuat să mă examineze întrebându-se dacă sunt întreg la minte, în timp ce aştepta să mi se citească cardul.

Apoi o chelneriţă a strigat-o pentru un minut. Cele două femei au început să vorbească. Şaizeci de secunde mai târziu, chelneriţa a venit spre mine. Caieţelul de comenzi îi era strâns la piept şi lacrimile i se prelungeau pe obraji. „Oh, tocmai am auzit ce aţi făcut şi trebuia să vă spun: este atât de drăguţ din partea dumneavoastră!"

Am început să-mi trec greutatea de pe un picior pe altul (lucrul pe care îl fac bărbaţii când nu ştiu ce să spună). „M-am gândit doar că ar fi frumos să am grijă de iubita mea."

Doar după ce am parcurs câţiva kilometri am priceput: probabil că acea chelneriţă n-a experimentat niciodată afecţiune sau dragoste în viaţa ei. Probabil că n-a avut un tată tandru sau un bărbat care s-o iubească aşa cum era. Din această cauză fapta mea a afectat-o atât de mult.

Luăm atât de multe lucruri de bune în căsnicie, nu-i aşa?

Eroii pot face lucruri măreţe – cum ar fi să te salveze dintr-o clădire în flăcări. Dar ei pot face şi lucrurile cele mai neînsemnate. Cum ar fi să telefoneze pentru a aranja repararea maşinii tale. Sau să cureţe cuşca păsărelelor tale (chiar dacă nici nu-i plac păsărelele), pentru ca tu să ai puţin timp liber. Sau

să-ţi cumpere sarea de baie preferată „doar pentru că" s-a gândit că te vei bucura de o pauză după nişte termene limită agitate. Sau să sune pentru a doua oară la Compania de telefoane după ce ai zgâriat acelaşi stâlp de telefon. (Dacă aş putea s-o fac să se oprească când loveşte ceva, aş economisi mii de dolari.) Sau să-ţi duci fiica să arunce săgeţi în baloturile de paie ale vecinilor pentru a-ţi da timp să te pregăteşti pentru petrecerea surpriză de ziua ei.

El va fi prezent, seară după seară, la meciurile copiilor voştri. Îţi va duce fiica să-şi cumpere un alt peştişor când vechiul peştişor i-a murit. Va merge la magazin la orele 22 să-ţi cumpere medicamente şi tampoane când eşti în acea perioadă din lună şi eşti epuizată. (Şi se va ruga tot timpul când e în magazin ca cel aflat la casierie să nu strige: „Verificaţi preţul!"

De asemenea, va fi răspunzător de serviciile funerare. În casa noastră am îngropat aproape orice îţi poţi imagina, inclusiv un câine, un peşte, pisici şi rozătoare. Un tată mi-a spus: „Nu era nicio problemă pentru mine să ridic capacul de la toaletă pentru a scăpa de un peşte mort cu o manifestare subită de entuziasm, până când am văzut-o pe fiica mea, cu ochii roşii şi plângând. M-a făcut să ies din casă şi să caut un loc de îngropare în curte. Am făcut chiar o cruce din ramurele şi o bandă izolatoare ca s-o punem deasupra locului în care am îngropat peştişorul."

Eroul tău este onorat dacă îl ajuţi în aceste perioade pline de emoţii, şi este bucuros să fie păzitorul emoţiilor tale şi ale copiilor tăi (în special ale fiicei tale).

Dacă îi împlineşti nevoile fundamentale şi îi umpli rezervorul dragostei, va fi cel mai fericit tip de pe planetă. Va fi de oţel pe dinafară, protejându-te din punct de vedere fizic şi emoţional, şi catifelat în interior, blând cu tine, tandru cu copiii şi implicat intim în viaţa familiei tale.

Ascultă cuvintele apostolului Pavel din Efeseni 5: „Bărbaţilor, iubiţi-vă nevestele cum a iubit şi Cristos Biserica şi S-a dat pe Sine pentru ea".[4] Pentru un bărbat aceasta înseamnă: „Aş muri pentru tine. Voi fi eroul tău. Te voi proteja. Îţi voi împărtăşi preocupările, temerile şi lacrimile (chiar dacă nu întotdeauna le pricep)."

BĂRBAŢII REALI SUNT... EI BINE, *REALI*

Bărbaţii reali scuipă, se scarpină şi se ceartă cu tine. Ei devin ţâfnoşi când laşi deschisă uşa de la frigider... din nou. Îşi dau ochii peste cap când încerci să bagi maşina în garaj direct prin uşă.

Uneori simulează că dorm – în special în mijlocul nopţii când bebeluşul plânge. Şi în alte nopţi spun cu mărinimie: „Nu te deranja, mă scol eu să leagăn copilul."

Le ia ceva timp până observă anumite lucruri. În vară soţia mea a cumpărat o fântână ornamentală care reprezenta nişte îngeri. A stat prin preajmă toată vara deoarece aveam nevoie de cineva să ne ajute să o fixăm pe un zid exterior al casei.

Într-o zi de septembrie, când am ajuns acasă, Sande m-a întâmpinat cu entuziasm. Mâinile ei erau ţinute împreună într-o postură de rugăciune evlavioasă sub bărbie şi îşi mişca picioarele de parcă era într-adevăr încântată (sau avea nevoie să meargă la toaletă şi eu trebuia să mă dau la o parte din drumul ei). Ducându-şi mâinile să se rezeme pe obraz, şi-a lăsat faţa pe ele de parcă erau o pernă, şi a oftat bucuroasă. „Ai văzut-o? Ce crezi?"

„Despre ce vorbeşti?", am întrebat-o.

„Fântâna!"

„Nu am văzut fântâna."

Sande s-a uitat la mine. „Cum ai putut să nu vezi fântâna?"

M-a dus la locul unde atârna de perete. Da, cu siguranţă n-am văzut-o. Totuşi, nu sunt sigur cum de n-am văzut-o, deoarece este înaltă de 1,8 m şi lată de 1,4 m. Dar sunt sigur că aş fi observat-o, dacă ar fi pus alături de ea un card de credit. Aş fi observat-o imediat!

Pentru cei mai mulţi dintre noi, bărbaţii reali, decorarea este o mare provocare. Nu avem simţul culorilor. Avem alergie la spălatul rufelor.

Ascultăm bucuroşi secretele inimilor voastre, dar uneori mormăim doar un răspuns. (Totuşi, asta nu înseamnă că nu am fost atenţi la fiecare cuvânt pe care l-aţi spus.)

Dacă ne veţi respecta, dacă veţi recunoaşte că aveţi nevoie de noi şi dacă ne veţi împlini, ne vom juca în fiecare seară cu copiii şi îi vom iubi. Chiar dacă nu avem o slujbă bine plătită sau nu suntem fericiţi în ceea ce facem la slujbă, ne vom face timp să ne jucăm cu copiii: îi vom prinde seara, ne vom preface că îi sărăm şi îi piperăm.

Apoi ne vom preface că vom lua o muşcătură din pântecele lor ca cină.

Femeia care aude şi observă acestea, va zâmbi, spunându-şi: *Sunt atât de fericită că m-am căsătorit cu acest bărbat chel. S-a îngrăşat cu 8 kilograme, dar aceasta nu contează câtuşi de puţin. Cu siguranţă că mă iubeşte pe mine şi pe copii!*

Vezi, ceva minunat se petrece atunci când împlineşti cele trei nevoi principale ale bărbatului tău. El va fi gata să încaseze un glonte pentru tine. El va rămâne pe poziţie şi va merge să se lupte pentru tine... întotdeauna.

Dar de asemenea, el *va trăi pentru tine.* Va aspira praful de dragul tău fără ca măcar să-i ceri, când mama ta va veni la voi să vă facă o vizită surpriză. Va dori să-i deschizi inima ta. Va dori să ştie care sunt cele mai profunde dorinţe ale tale... şi va dori să te ajute să le împlineşti. Va dori să-ţi facă pe plac – ţie, persoana cea mai importantă din viaţa lui – în fiecare mod posibil.

Victoria înseamnă găsirea unei soluţii satisfăcătoare pentru ambele părţi. În relaţiile sănătoase toată lumea câştigă.

–Dr. Gary Smalley, *ADN-ul relaţiilor*[5]

Va fi un bărbat ca ginerele meu, Dennis. Când două dintre fiicele mele şi ale lui Sande, Krissy şi Holly, s-au hotărât să facă ceva specific surorilor şi să meargă împreună la meciul echipei Universităţii Arizona, Dennis a avut grijă de micuţa Conner (care avea aproape trei ani) şi de Adeline (un an). Eu am călătorit cu avionul în acea zi, aşa că m-am întâlnit cu Sande, Dennis şi cu nepoatele mai târziu. Când am văzut-o pe Adeline, n-am putut să nu observ piersicile de pe faţa şi de pe nasul ei. S-ar putea spune că Dennis a avut câteva ore interesante, în timp ce mămica era la meci. Dar toţi trei zâmbeau şi erau fericiţi.

Sunt sigur că în ziua aceea Dennis a fost epuizat de munca de tătic. Dar a făcut o treabă excelentă jonglând cu sarcina solicitantă de a purta de grijă de două fetiţe foarte active.

Nu am putut decât să mă uit la el şi să mă gândesc: *Iată unul din eroii următoarei generaţii. Krissy a ştiut să-l aleagă, nu-i aşa?*

Căci chiar în faţa mea am văzut un erou în acţiune. Şi nu puteam fi mai mândru de el... chiar dacă faţa nepoatei mele trebuia spălată bine!

„Limbajul bărbaţilor"

UN EROU REAL

1. acţionează cu dragoste, punându-i pe alţii înaintea lui însuşi.
2. te consideră un partener egal, dar cu daruri diferite şi minunate.
3. te susţine, nu este gelos din cauza succesului celor din familia lui.
4. este consecvent în fiecare zi – nu doar în ce priveşte lucrurile mari, ci şi în cele mici.

Societatea ne spune că femeia este nucleul căminului american. Ea este cea care strânge totul şi pe toţi împreună. Dar cercetările spun că, după cum e bărbatul, aşa e şi familia.

CARACTERISTICILE UNUI EROU... ŞI ALE EROINEI LUI

Soţul tău are nevoie să fie eroul tău. Şi el are nevoie ca tu să fii eroina lui. Astfel poţi face ca visul lui să devină realitate – şi al tău!

Remodelează-ţi perspectiva

Aş vrea să-ţi pun o întrebare – una ciudată, surprinzătoare. Dacă tocmai ai afla că ai cancer ovarian într-un stadiu avansat şi ai mai avea aproximativ şase luni de trăit, cum ţi-ai trăi viaţa?

Presupunerea mea este că, dintr-odată, detaliile mai puţin importante ale vieţii ar păli. Decoraţiunile pentru sărbătorile de toamnă nu ar mai fi atât de importante. Termenele limită de peste

BCU IASI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

o lună nu ar părea să mai fie prioritatea ta supremă. Clasa de şcoală duminicală pe care ai fost de acord s-o predai în primăvara următoare va fi tăiată de pe lista lucrurilor pe care trebuie să le faci.

Ce întrebări ţi-ar trece prin minte cu privire la relaţia cu soţul tău?

1. Ce trebuie să-i spun înainte de a fi prea târziu?
2. Ce i-am refuzat înainte şi acum trebuie să-i accept?
3. Dacă aş muri mâine, ar şti sigur că îl iubesc, sau şi-ar pune această întrebare?

După ce meditezi la întrebările de mai sus, întreabă-te: „Cum aş putea integra în viaţa mea ceea ce am învăţat? Ce ar trebui să fac diferit? Cum ar trebui să se schimbe viaţa mea pentru a reflecta aceste priorităţi?"

Cu trei săptămâni în urmă, când am fost în Tacoma să vorbesc la o conferinţă, o femeie s-a apropiat de mine după ce am terminat de dat câteva autografe. „Vreau să ştiţi că mi-aţi captat cu adevărat atenţia în seara trecută. Şi în această dimineaţă m-aţi convins." Şi-a plecat capul. „Mi-am pregătit în detaliu plecarea. De îndată ce soţul meu urma să plece vineri la muncă, angajasem o companie care se ocupă cu mutatul să vină cu un camion. Casa urma să fie golită înainte ca soţul meu să vină acasă de la muncă. Urma să-i las un bilet prin care să-i spun că am plecat. Dar mi-aţi dat speranţa că aş putea încerca din nou."

Viaţa este atât de scurtă. Nu aştepta. De ce să nu-ţi remodelezi perspectiva acum, cât mai ai timp?

CE FEL DE LIDER?

Având acestea în minte, ce fel de lider este soţul tău?

— Iubitor, dar ferm
— Dictator
— Nu este lider deloc. Mai degrabă un incapabil.

Dacă ai bifat „Iubitor, dar ferm", sunt şanse mari ca soţul tău să fi crescut într-o casă în care exista egalitate socială între bărbaţi şi femei, dar ambii parteneri acţionau diferit. Mama lui se simţea mulţumită de rolul ei de femeie, iar tatăl lui de rolul lui de bărbat, şi îşi conducea familia cu dragoste. Probabil că tatăl lui era eroul soţului tău şi avea o relaţie bună cu mama lui, care s-a transferat asupra modului în care te tratează pe tine. Soţul tău înţelege corect Efeseni 5:21: „Supuneţi-vă unii altora în frica lui Cristos."

Căsnicia ta merge foarte bine! Fiecare dintre voi are abilităţi şi sarcini unice şi vă încredeţi unul în celălalt în ce priveşte îndeplinirea lor! Deoarece sunteţi amândoi mulţumiţi de cine sunteţi, nu vă confruntaţi cu un „spirit de competiţie" prezent în multe cupluri.

Dacă ai bifat „Dictator", sunt şanse mari ca soţul tău să fi crescut într-o casă în care tata conducea familia cu o mână de fier. Mama era prinsă între tata şi copii iar opinia ei nu conta prea mult. Întotdeauna era nesocotită şi aşa eşti şi tu. Singurul care conta era tata (când era acasă). Probabil că soţul tău abia a aşteptat să scape de sub papucul lui... dar, apoi, când s-a căsătorit cu tine, a devenit ca tatăl lui – cu atât mai mult, dacă aveţi şi copii. Interpretarea lui cu privire la Efeseni 5:21 este: „Supune-te, femeie, pentru că eu sunt împăratul atotputernic al acestei case şi tot ce spun eu, se face!"

Dacă soţul tău este aşa, trebuie să înveţi să lupţi pentru ceea ce ştii că e corect. Căsnicia ar trebui să fie supunere *reciprocă*, fiecare gândindu-se mai întâi la ceea ce este mai bine pentru celălalt. Soţul tău s-ar putea supăra – şi probabil o va face – dacă îţi susţii drepturile. Dar trebuie să te respecţi destul de mult ca să nu fii preşul lui de şters picioarele.

Dacă ai bifat „Nu este lider deloc. Mai degrabă un incapabil", sunt şanse mari ca soţul tău să fi crescut într-o casă în care mama conducea familia şi le spunea celorlalţi ce să facă. Tata doar era de acord cu cele ce se petreceau fără să-şi impună punctul de vedere. Aceasta a însemnat că soţul tău nu a crescut cu o imagine masculină puternică în casa lui şi s-ar putea să se frământe care este locul unui bărbat în familie. Atitudinea lui de

indiferenţă poate că are de-a face cu faptul că nu ştie să fie un lider slujitor. Interpretarea dată de el textului din Efeseni 5:21 este: „Mă voi supune soţiei mele şi nu o voi supăra nici pe ea, nici pe altcineva. Sunt de acord cu orice."

Dacă acesta este soţul tău, va trebui să munceşti din greu să-l incluzi şi pe el în problemele familiei. Întreabă-l ce crede, spune-i că opiniile lui sunt importante pentru tine. Reafirmă-i rolul de lider al familiei şi începe treptat-treptat să-i dai ocazia să ia unele decizii pe care în mod normal nu le ia el.

Cele mai bune căsnicii sunt o îmbinare a doi oameni. În timp ce fiecare persoană îşi păstrează personalitatea şi interesele unice, ambele persoane integrează deliberat aceste interese. Când lucrul acesta se face corect, fiecare persoană devine mai fericită şi mai bună.

– Willard F. Harley Jr., *His Needs, Her Needs for Parents*[6]

Încurajează, dar nu lăuda

Te-ai simţit vreodată jenată când cineva te-a lăudat? De ce crezi că te-ai simţit aşa?

Probabil pentru că, de multe ori, simţi că laudele sunt false. Şi sunt false. „Oh, Jennifer, îmi place atât de mult cum ţi-ai aranjat părul!" „Kevin, ai cântat atât de bine acel cântec!" Realitatea este că părul lui Jennifer arată ridicol – copilul tău de patru ani l-ar fi tăiat mai bine – iar Kevin nu a cântat corect nici măcar o notă la trompetă.

Dar încurajarea este diferită. „John, apreciez atât de mult faptul că ţi-ai făcut timp să iei cina cu noi într-o zi obositoare pentru mine." Şi: „Florile pe care mi le-ai trimis fără niciun motiv special mă fac să mă simt atât de iubită. Cum de ştii întotdeauna când am nevoie de asta? Vreau să te îmbrăţişez şi să te sărut acum... şi mai târziu va mai fi ceva!"

Pe scurt, lauda răceşte inima. Încurajarea aprinde inima.

Cum poţi să-ţi încurajezi azi soţul? Fii atent la el, admiră-l şi apreciază-l. Dar fă acestea încurajându-l sincer, nu apelând la laude false.

Rugaţi-vă împreună şi unul pentru altul

Colegul meu, John Trent, a făcut un studiu al relaţiei dintre cuplurile căsătorite şi rugăciune. El spune că cuplurile care se

roagă de 3-4 ori pe săptămână au o rată a divorţului de doar 1 la 1052. A trebuit să ascult caseta de mai multe ori să mă asigur că am auzit bine. (Observaţi că studiile lui George Barna afirmă că cei care cred în Dumnezeu şi cei care nu cred au aproximativ aceeaşi rată a divorţului. Aşadar, nu *credinţa* singură vă va ajuta să vă menţineţi căsnicia, ci *rugăciunea împreună şi unul pentru celălalt.*)

Compară aceste cifre cu media naţională şi ele te vor pune pe gânduri. Cei mai mulţi parteneri căsătoriţi au un stil de viaţă „căsătorit, dar singur": faceţi lucrurile independent, aşa că nu aveţi destule lucruri de împărtăşit şi care să facă relaţia să funcţioneze în viitor.

Dar când sunteţi apropiaţi emoţional, fizic *şi spiritual*, sunt şanse foarte mici ca această legătură să se rupă!

LAUDA RĂCEŞTE INIMA. ÎNCURAJAREA APRINDE INIMA.

Dacă vrei să asculţi inima soţului tău şi să ştii ce îl preocupă, roagă-te cu el. S-ar putea ca la început să fie incomod, dacă nu aţi fost obişnuiţi cu aceasta, dar răsplăţile în relaţia voastră vor fi extraordinare.

Bazează-ţi familia ferm pe credinţa ta

Iosua, liderul din Vechiul Testament, vorbind către sfârşitul vieţii lui, a fost neclintit cu privire la credinţa lui şi la modul în care aceasta i-a afectat viaţa de familie. „Cât despre mine, eu şi casa mea vom sluji Domnului."[7]

Dacă cineva s-ar uita atent la programul tău zilnic sau ar urmări o discuţie de familie, lucrurile pe care le-ar observa i-ar indica cui îi slujiţi. Vă slujiţi pe voi înşivă? Pe alţii? Pe Dumnezeu?

> Supuneţi-vă unii altora în frica lui Cristos.
>
> – Efeseni 5:21

Fiecare dintre noi slujeşte cuiva. Cine este cea mai importantă persoană pentru tine? Şi cum reflectă viaţa ta această prioritate?

Funia împletită în trei – Dumnezeu, tu, familia ta – nu se rupe uşor.[8]

Şi în lumea de azi, e ceva minunat să te ţii de asta.

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

CONCLUZIE

Cum să-i vorbeşti pe limba lui

Dacă îi înţelegi nevoile fundamentale şi vorbeşti cu el pe limba lui, te afli pe drumul cel bun spre relaţia ta de vis!

• • •

Tocmai am discutat într-o carte întreagă ce-l încântă pe soţul tău, ce îl deranjează şi cum poţi face din relaţia voastră una satisfăcătoare şi împlinitoare pentru amândoi.

Acum că ştii care sunt cele trei nevoi importante ale lui ca bărbat – nevoia de a fi respectat, de a-i arăta că ai nevoie de el şi de a fi împlinit – ce vei face în continuare? Cum vei aplica cele şapte lucruri pe care le-ai aflat şi pe care el nu ţi le va spune niciodată, dar pe care trebuie să le cunoşti? Care este cea mai bună modalitate de a vorbi pe limba soţului tău?[1]

> Tot ce contează cu adevărat în viaţă se reduce la relaţii.
>
> – Dr. Gary Smalley, *ADN-ul relaţiilor*

ACEASTA ESTE DRAGOSTEA!

Voi fi direct. Chiar dacă sunt psiholog, sunt puţine cărţi în domeniul psihologiei aplicate pe care le consider vrednice de a fi citite. Dar una dintre ele este scrisă de un coleg de-al meu, Gary Chapman. Minunata sa carte, *Cele cinci limbaje ale dragostei*, a costat viaţa multor copaci. Dar îţi recomand insistent această carte genială. Ne-a dat atâtora dintre noi „o unealtă" pentru a înţelege

modul în care noi – şi cei pe care îi iubim – oferim şi primim cel mai bine dragoste.[2]

Cred că acest concept este deosebit de important în domeniul relaţiilor dintre bărbaţi şi femei. În special când deja aveţi atât de multe diferenţe prin naştere.

Dar cum poţi descoperi limbajul dragostei soţului tău?

Este improbabil ca el să se trezească într-o dimineaţă şi să se gândească: *Abia aştept să-i spun care este limbajul dragostei mele.* Va trebui ca tu să-l descoperi. Dar e mai uşor decât crezi. Pur şi simplu ascultă lucrurile de care se plânge! „Tu niciodată..." sau „Tu întotdeauna..." sau „Nu reuşesc să..." Se ştie că bărbaţii scâncesc ca nişte animalele de companie când sunt călcate pe picior.

Oamenii îşi exprimă dragostea în multe feluri, spune Gary Chapman. Şi ei se aşteaptă să primească dragoste în acelaşi mod. Dacă nu înţelegi aceste aşteptări nerostite, s-ar putea să ai probleme în relaţiile tale. Dar pe măsură ce-ţi identifici propriul tău limbaj al dragostei şi pe cel al soţului tău, poţi învăţa să vorbeşti o limbă comună care va aduce o împlinire şi o bucurie mai mare în căsnicia ta.

Iată pe scurt care sunt cele cinci limbaje ale dragostei. Vezi dacă îţi poţi identifica limbajul tău... şi, de asemenea, al soţului tău.

Cuvinte de apreciere

Oamenii care folosesc acest limbaj al dragostei tind să fie verbali, naturali, în folosirea cuvintelor. Ei îşi exprimă uşor sentimentele. Folosesc cuvinte de afirmare pentru a-i înălţa pe alţii. Excelează în a face complimente sincere şi a rosti cuvinte încurajatoare. Întotdeauna au ceva drăguţ de spus despre felul cum arăţi, despre talentele, realizările sau atitudinea ta.

Aspectul negativ al acestui limbaj al dragostei este că cei care folosesc acest limbaj al dragostei se aşteaptă să primească în schimb cuvinte binevoitoare. Ei se pot simţi neglijaţi când nu aud cuvinte de apreciere similare de la partenerii lor. De asemenea, pot exagera cu complimentele şi atunci cuvintele nu înseamnă la fel de mult. Oamenii nonverbali nu se încred în cuvinte la fel de mult ca cei verbali, aşa că ei desluşesc nesinceritate sau sarcasm în tot felul de comentarii nevinovate.

Timp de calitate

Oamenilor care folosesc acest limbaj al dragostei le place să facă lucruri împreună – să meargă în excursii, să iasă în oraş la cină, să taie iarba, să meargă cu rucsacul. Willard Harley numeşte aceasta „părtăşie recreaţională" – a face împreună cu persoana pe care o iubeşti lucruri care vă plac amândurora. Dacă te gândeşti puţin, seamănă cu *întâlnirile* din perioada de curtare – ceva ce multe cupluri ocupate uită complet după ce s-au căsătorit.

Dar observaţi că există o diferenţă între a sta lângă cineva pe canapea şi a fi *implicat* într-adevăr cu acea persoană. A-i acorda atenţia ta deplină.

Eu mă pot identifica cu acest limbaj al dragostei, deoarece îmi este specific. Ori de câte ori pot sta singur cu Sande, sunt fericit. Problema este că aceste momente nu sunt destul de dese. Dacă doresc să petrec un timp bun împreună cu soţia mea, având în vedere tot ce se petrece în casa noastră, trebuie să merg în dormitorul mare şi să blochez uşa cu cele patru închizători. Uneori trebuie să lupţi pentru timpul tău de calitate!

Daruri

Pentru oamenii care folosesc acest limbaj al dragostei, „darurile sunt simboluri vizuale ale dragostei", spune Chapman.[3] Acestor oameni le place să împartă daruri... şi o fac cu generozitate. Darul nu trebuie să fie scump pentru a fi făcut cu generozitate. O floare culeasă de pe marginea drumului poate însemna la fel de mult ca o brăţară de diamante. Este mai mult o chestiune de implicare, de interes, de atenţie.

Aspectul negativ în cazul unei persoane care oferă daruri este că ea poate fi rănită dacă cel ce primeşte darul nu îşi arată aprecierea pentru darul primit.

Sande este o persoană care oferă daruri. Ea *inventează* motive pentru a oferi daruri oamenilor. În seara dinainte de a avea invitaţi la cină ea va coace prăjituri în formă de inimioare şi le va pune în pachetele pe care oaspeţii noştri să le poată lua acasă (vă mai amintiţi de „pachetelele" după care Sande a trebuit să alege în casă să le ia?).

Eu nu am aceeaşi natură de a oferi daruri. Îmi imaginez că deja le-am oferit cina; de ce să nu mănânc *eu* prăjiturile?

Acte de slujire

Oamenii care folosesc acest limbaj al dragostei, văd dragostea în termenii de *a face lucruri pentru alţii*. Şi aceasta înseamnă a face lucruri care trec dincolo de „aşteptările obişnuite" ale datoriei. Dar iată problema. Cele mai multe cupluri nu au căzut de acord cu privire la ce este normal cu privire la sarcinile din casă, aşadar, cum pot şti ce acţiune trece dincolo de obişnuit? De exemplu, cu toate că ea pregăteşte întotdeauna cina, în seara aceasta îi va face desertul lui preferat. Acest gest este unul suplimentar. Poate că el curăţă întotdeauna baia, dar astăzi curăţă şi bucătăria, aşa că ea nu mai trebuie s-o facă. Este ceva suplimentar. Este un act de slujire.

Iată sensul acestui limbaj al dragostei. Mulţi bărbaţi sunt descurajaţi în ce priveşte slujirea. Poate din cauză că trăim într-o cultură în care femeile fac două treimi din muncă. Aşadar, dacă soţul tău are acest limbaj al dragostei prin slujire, ferice de tine şi ferice de el!

Atingere fizică

Oamenii care folosesc acest limbaj al dragostei apreciază puterea atingerii – săruturi, ţinerea de mână, îmbrăţişările, bătutul pe spate. Ei îşi arată dragostea în acest mod şi o primesc astfel.

Cunosc bine acest limbaj al dragostei. Întreab-o pe soţia mea. Sunt o persoană căreia îi place să atingă şi să fie atins. Este modul în care îmi arăt eu dragostea şi modul în care o primesc.

CHESTIONAR

Care este limbajul dragostei soţului tău?

A. Cuvinte de apreciere

B. Timp de calitate

C. Daruri

D. Acte de slujire
E. Atingere fizică

Pentru răspunsurile corecte, vezi pagina 232.

Ce este mai important pentru tine?

A. Să auzi cuvintele: „Te iubesc, iubito", exprimate verbal sau scrise pe un card.
B. Să petreci un timp liniştit cu soţul tău – doar voi doi.
C. Să primeşti flori nu cu o ocazie specială, ci pur şi simplu pentru că te iubeşte.
D. Când el curăţă baia de dragul tău, chiar dacă nu este rândul lui.
E. Să primeşti un sărut de fiecare dată când intră sau iese din casă.

Pentru răspunsurile corecte, vezi pagina 232-233.

POD PESTE PRĂPASTIA LIMBAJULUI

E posibil să ai mai mult decât un limbaj al dragostei? Bineînţeles. Eu sunt un tip care are atât un limbaj al timpului de calitate, cât şi al atingerii fizice. Sande este persoană căreia îi place să ofere daruri şi să slujească.

Suntem cât de diferiţi putem fi. Totuşi am învăţat cum să facem ca limbajele noastre de dragoste să funcţioneze bine împreună.

Şi tu poţi învăţa. Iată cum ai putea proceda:

Să spunem că limbajul tău prin care îţi exprimi dragostea este de a face acte de slujire. Cel al soţului tău este prin atingere fizică şi prin cuvinte de apreciere. Data viitoare când îl surprinzi făcând ceva minunat – cum ar fi tăind iarba când este rândul tău – priveşte-l în ochi, mângâie-l pe spate, îmbrăţişează-l şi spune-i cât de mult înseamnă aceasta pentru tine.

Pentru că l-ai atins şi i-ai spus cât de mult înseamnă pentru tine, va fi ca un câine golden retriever fericit, care dă din coadă pentru tine. Se va ridica chiar în două picioare, se va rostogoli şi va lătra data viitoare când vei dori să ţi se facă ceva.

Tot ce trebuie să faci este să-l încurajezi, să-l mângâi, să-i arăţi afecţiune, să-l îmbrăţişezi, să-i spui că este băiat bun şi să-i pui în farfurie în fiecare zi mâncare delicioasă pentru căţeluşi şi apă. Dacă îi faci aceste lucruri simple, va fi cel mai fericit căţeluş din lume!

Hmm. Este uimitor câte asemănări există între bărbaţi şi câinii golden retriever... şi cât de simple sunt într-adevăr nevoile noastre.

Aşadar, de ce să nu identifici care este limbajul pe care îl are fiecare dintre voi? Apoi foloseşte această descoperire pentru a iniţia unele discuţii între voi referitor la modul în care aţi putea să vă arătaţi fiecare dragostea *în cel mai bun mod în care o puteţi înţelege şi oferi.*

ESTE UIMITOR CÂTE ASEMĂNĂRI EXISTĂ ÎNTRE BĂRBAŢI ŞI CÂINII GOLDEN RETRIEVER... ŞI CÂT DE SIMPLE SUNT ÎNTR-ADEVĂR NEVOILE NOASTRE.

PE CINE VREI SĂ SCHIMBI?

Femeile cheltuiesc miliarde de dolari pe an pentru a-şi acoperi neajunsurile şi defectele. Probabil că ai destule produse cosmetice în sertarele din baie pentru a acoperi orice ţi-ar deranja faţa. Eşti o expertă în machiaj.

Dar şi când îţi iese perfect, ştii că tot acel machiaj te poate ajuta să pui mâna pe un bărbat, dar nu te va ajuta în mod necesar să-l şi păstrezi. Realitatea este că tu îţi doreşti genul de bărbat care să te iubească şi când eşti morocănoasă, când te-ai purtat urât sau când ai dat cu maşina într-un stâlp, când ai rostit cuvinte aspre sau dimineaţa, când respiraţia ta ar putea ucide un gândac. Tu tânjeşti după genul de bărbat care să spună: „Iubito, te iubesc în această perioadă a lunii, te iubesc după această perioadă a lunii şi te iubesc 10 zile înainte de această perioadă a lunii."

Acest bărbat cu care te-ai căsătorit, aşa imperfect cum este, e darul lui Dumnezeu pentru tine. Vei alege să protejezi, să respecţi şi să iubeşti acest dar, sau îl vei insulta prin cuvintele, atitudinile şi acţiunile tale?

Poţi citi toate cărţile de psihologie, de la cele ale dr. Phil* până la cel mai recent best-seller al lui Oprah Winfrey, şi totuşi cărţile nu te vor ajuta cu nimic, dacă nu îţi spun: *Ei bine, vrei să-i schimbi comportamentul? Atunci schimbă-ţi propriul comportament!*

Dacă e să fim cinstiţi, trebuie să recunoaştem că este mult mai uşor să îndreptăţi degetul acuzator înspre altcineva, decât să-l întorci şi să-l îndreptăţi înspre tine. Foarte puţini oameni sunt în stare să spună: „Este fapta mea şi îmi asum responsabilitatea pentru ea."

EI BINE, VREI SĂ-I SCHIMBI COMPORTAMENTUL? ATUNCI SCHIMBĂ-ŢI PROPRIUL COMPORTAMENT!

Dar căsnicia este o şosea cu dublu sens. Fiecare partener este responsabil pentru comportamentul lui. Aceasta înseamnă că este decizia *ta* de a gândi şi a acţiona diferit – într-un mod care să-i arate soţului tău că îl respecţi, că ai nevoie de el şi că doreşti să-l împlineşti.

Dacă vrei să-ţi schimbi propriul comportament, opreşte-te şi întreabă-te: „În situaţia de faţă, ce aş face în mod obişnuit?" Apoi analizează aceste acţiuni. Întreabă-te: „Ţinând cont de acestea şi ştiind că încerc să mă schimb, ce ar trebui să fac în continuare?"

Realitatea este că uneori nu ai chef să faci următorul pas. Cine dintre noi are chef? Suntem cu toţii creaturi care acţionăm din obişnuinţă. Când o femeie se recăsătoreşte a treia oară, ea îşi spune că şi-a cumpărat un Ford nou. Se înşeală. Şi-a achiziţionat acelaşi Ford vechi. Poate că e vopsit diferit, are anvelope diferite, dar motorul pe care îl are este în esenţă acelaşi. De aceea spun întotdeauna oamenilor că este mai uşor să repari ceea ce ai (pe tine, cât şi pe partenerul tău), şi să faci aceasta în prima căsnicie.

Când începi să te tratezi pe tine, pe soţul tău şi căsnicia ta într-un mod sănătos, se întâmplă un lucru interesant: sentimentele îţi urmează acţiunile! Când îţi schimbi comportamentul pentru a-ţi menţine căsnicia pe drumul cel bun, tu îi dai partenerului tău libertatea de a-şi schimba comportamentul, pentru că el *doreşte să se schimbe*, în loc de a se simţi *forţat să se schimbe*.

* Phillip Calvin McGraw, cunoscut ca dr. Phil, personalitate TV, psiholog şi autor, conduce showul televizat *Dr. Phil* – n. ed.)

Săptămâna trecută am fost în Atlanta, Georgia. Adesea când merg într-un oraş să vorbesc, am pe cineva care mă conduce de la hotel la locul conferinţei şi care se asigură că toate nevoile mele sunt împlinite (în traducere: să nu mă rătăcesc de la punctul A la punctul B.). Oricum, Billy şi cu mine am petrecut un timp minunat la micul dejun la un restaurant. El este un domn tipic din sud, un om de afaceri prosper care conduce un jeep. El şi soţia lui au participat la întâlnirile unde am vorbit.

După ce am terminat de vorbit, Billy m-a condus la aeroport. „Dr. Leman", a spus el, „am învăţat ceva despre soţia mea de la dumneavoastră. Vă amintiţi când v-am dus o sticlă de apă la podium în timp ce vorbeaţi?"

Am încuviinţat din cap. „Desigur. Mi-a prins bine."

„Ei bine, iată motivul pentru care v-am dus-o. În timp ce vă ascultam, soţia mea mi-a şoptit: «Este apa ta?» Aveam o sticlă de apă jos, aproape de picioarele mele. Am încuviinţat din cap, apoi v-am ascultat în continuare. După câteva minute mi-a şoptit: «Pare să aibă gâtul uscat.»"

Billy a râs. „Doctore, seara trecută, înainte de prelegerea dumneavoastră, nu aş fi făcut nimic ca răspuns la acea întrebare. Dar mi-am amintit ce aţi spus. Femeile doresc ca noi să le citim gândurile. Este unul din modurile în care se simt iubite. Ele doresc ca noi să înţelegem ce vor să ne spună... chiar dacă nu ne spun clar ce vor. Când soţia mea m-a întrebat: „Este apa ta?", mi-a dat un prim indiciu. Dar m-a făcut doar să mă întreb: *Doreşte să bea puţin?* Dar când mi-a spus că i se pare că aveţi gâtul uscat, mi-a dat un al doilea indiciu. Şi am ştiut că sarcina mea ca soţ era să vă duc apa."

Billy a priceput. Într-adevăr *învăţase* ceva.

În acest mod neînsemnat, el i-a spus soţiei lui: „Tu eşti prima prioritate în viaţa mea. Ce este important pentru tine, este important şi pentru mine."

Ce este important pentru soţul tău? Cum îi vei împlini cele trei nevoi principale? Cum vei răspunde la cele şapte lucruri pe care el nu ţi le va spune niciodată... dar pe care ar trebui să le ştii?

O relaţie maritală sănătoasă, fericită se bazează pe a face pe plac unul altuia, a fi sensibil şi receptiv la nevoile emoţionale şi sexuale ale celuilalt, a împărtăşi gânduri şi sentimente intime,

şi a înţelege diferitele limbaje în care vă exprimaţi amândoi dragostea.

O RELAŢIE MARITALĂ SĂNĂTOASĂ, FERICITĂ... ESTE O MUNCĂ DE O VIAŢĂ.

Este o muncă de o viaţă. Dar beneficiile sunt pe măsură!

Parteneriatul plin de împlinire te aşteaptă, aşadar apucă-te de treabă!

Eroul tău personal te aşteaptă...

CELE MAI IMPORTANTE 10 SFATURI PENTRU CĂSNICIE

#10 Cheia pentru a înţelege un bărbat e decodarea protestelor sale.

#9 Viaţa reprezintă 10% ce faci şi 90% cum reacţionezi la ce ţi se întâmplă. – Irving Berlin

#8 Bărbaţii *au nevoie* să ţină telecomanda televizorului. Lasă-l s-o facă.

#7 Alocă „spaţiu" în relaţia voastră. Băieţii au nevoie de timp pentru a fi băieţi, iar fetele au nevoie de timp pentru a fi fete, fără ca cei de sex opus să-i urmărească.

#6 Cei ce vâslesc împreună nu au timp să clatine barca pentru a o răsturna.

#5 Râdeţi împreună de 100 de ori pe zi.

#4 Nu gândiţi la fel, gândiţi *împreună*.

#3 Ca să-ţi păstrezi căsnicia
Având potirul dragostei mereu plin
De-ai greşit vreodată, recunoaşte,
De-ai avut dreptate, nu spune nimic.
– Ogden Nash

#2 Înainte de a-ţi critica soţul, asigură-te că nu-l umileşti.

#1 Continuă să-l săruţi mult şi bine.

– Beamont and Fletcher, *Scornful Lady*

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

EPILOG

Alergând alături în cursa vieţii

Cele mai memorabile clipe ale tale au loc chiar acum.

• • •

Cu câţiva ani în urmă s-a întâmplat ceva deosebit la Olimpiada pentru persoane speciale. Concurenţii cu feţele zâmbitoare erau aliniaţi pentru cursa de sprint de 90 m. La semnalul de pornire, au pornit toţi cu intenţia de a ajunge la linia de finiş şi a câştiga premiul.

În timp ce unul din alergători a luat o curbă, a căzut. Lacrimile s-au prelins pe obrazul băiatului în timp ce stătea pe pistă, simţindu-se înfrânt, fără valoare şi rănit.

Ce s-a întâmplat în continuare s-a transformat într-una dintre cele mai memorabile clipe din istoria sportului. *Toţi* alegătorii de la această Olimpiadă specială s-au întors spre băiat. S-au strâns în jurul lui, şi-au pus braţele în jurul lui şi s-au îndreptat *împreună* spre linia de finiş.

În tot stadionul n-a mai rămas un ochi fără lacrimi.

Ce a făcut ca această clipă să fie atât de memorabilă? Faptul că era atât de contrară naturii noastre umane, care aleargă în mod egoist după propriile noastre scopuri. Când o femeie s-a rănit la picior la Olimpiada obişnuită, nimeni nu s-a întors s-o ajute. Nimeni. Dacă ar fi făcut acest gest, ştiţi ce atenţie ar fi primit din partea presei? Ar fi fost evenimentul anului. Clipa cea mai de neuitat a sporturilor.

Dar aceşti alergători la Olimpiada specială, deşi s-au concentrat asupra cursei pentru a câştiga, s-au oprit cu toţii pentru a-l pune pe acel băiat pe primul loc. Ei erau o familie, uniţi împreună în participarea la cursă. Aveau o sensibilitate unul faţă de celălalt, deoarece fiecare pricepea că şi el are slăbiciuni. Oricare dintre ei ar fi putut cădea în acea zi.

Poate că alergătorii de la Olimpiada specială nu au câştigat nicio medalie personală în acea zi, dar au făcut ce era mai important – au alergat cursa *împreună*. Şi aceasta i-a făcut pe toţi învingători, nu doar în ochii altora, dar şi în ochii lor, acolo unde contează cel mai mult.

Tu şi soţul tău participaţi şi voi la o întrecere în fiecare zi. În timp ce amândoi vă urmăriţi scopurile personale, vă veţi opri să vă ajutaţi unul pe celălalt de-a lungul cursei? Veţi fi o familie, legaţi împreună de un ţel comun?

Doar pe măsură ce alergaţi alături – ca bărbat şi femeie – veţi creşte în har şi în înţelegerea nu doar a celuilalt, dar şi a voastră înşivă.

S-ar putea să nu câştigaţi premii personale, dar veţi câştiga cel mai bun premiu: o căsnicie împlinitoare pentru toată viaţa.

El va fi respectat, dorit şi împlinit de tine.

Tu vei primi zilnic din partea lui afecţiune, comunicare deschisă şi sinceră, şi dedicare faţă de familia ta.

Veţi avea căsnicia pe care v-aţi dorit-o dintotdeauna.

BCU IAŞI/CENTRUL NAŢIONAL

CHESTIONAR ŞI RĂSPUNSURI

DE PE COPERTA SPATE

Ce îşi doreşte cel mai mult soţul tău:

A. Sex
B. Cina
C. Mai mult din A
D. Respect
E. Bani şi succes

Răspuns corect: A, C, parţial D. Dar cele mai importante trei nevoi ale unui bărbat sunt: să fie respectat, să simtă că ai nevoie de el şi să fie împlinit (şi a fi împlinit înseamnă mult mai mult decât sex) *de tine*.

Cât de des se gândeşte un bărbat la sex?

A. La fel de mult ca tine
B. De zece ori mai des ca tine
C. De 33 de ori mai mult ca tine
D. În fiecare zi, mai puţin în 15 aprilie, ziua de plată a impozitelor
E. Doar în zilele săptămânii care se termină cu i sau ă.

Răspuns corect: C.

DIN INTRODUCERE

Cât de împlinită eşti?

A. Aş putea sta cu soţul meu 24 de ore şi să îmi doresc să mai stau cu el. Nu vreau să fiu niciodată departe de el.
B. Îmi iubesc soţul, dar îmi place să petrec un timp cu o prietenă în fiecare săptămână.
C. Testosteronul masculin din garaj mă va scoate din sărite. Eu, o femeie, contez cât de cât?
D. E cineva care să dorească să schimbe partenerii pentru o zi, o săptămână, un an?

BCU MIRCEA CEL BĂTRÂN UNIVERSITY LIBRARY

Răspunsuri corecte:

A. Sunteţi încă în luna de miere. Aşteaptă doar până soţul tău se îmbolnăveşte de gripă.
B. Ferice de tine. Gândeşti direct. Bărbaţii au nevoie să aibă prieteni bărbaţi, iar femeile au nevoie de prietene femei. Dacă amândoi petreceţi timp cu prietenii voştri, căsnicia voastră va fi mai puternică, deoarece nu vei fi tentată să încerci să-ţi transformi soţul într-o prietenă.
C. Se pare că soţul tău este – un băiat. S-ar putea să trebuiască să-i aminteşti (cu tandreţe) de câteva din responsabilităţile lui de adult. Dacă orice altceva dă greş, flutură-i o pereche de chiloţei pe sub nas când va intra în bucătărie să-şi ia un sifon. Vei fi uimită cât de repede vor dispărea acei băieţi din garaj. Şi, după mica voastră „sărbătoare", soţul tău va fi mult mai doritor să fie atent la tine şi la treburile care trebuie făcute prin casă.
D. Trebuie să discuţi cu soţul tău. Observă că nu am spus să-l *confrunţi*. De îndată ce poţi, şi într-un cadru călduros, îmbietor (lipsit de câini şi de copii), spune-i soţului tău cât de mult îl iubeşti. Nu mai isprăvi cu laudele. Spune-i cât de mult înseamnă pentru tine şi cât de important este el în viaţa ta. Spune-i cât de mult îl respecţi şi câtă nevoie ai de el. Spune-i cât de important este pentru tine faptul că se simte împlinit în căsnicia voastră – şi că şi tu eşti împlinită. Apoi, deschide cu grijă subiectul care te deranjează folosind persoana întâi. „Poate că interpretez greşit situaţia, dar mă simt rănită când..." Fereşte-te să arăţi cu degetul sau de tonul „acuzator". Pricepe că noi, bărbaţii, suntem uneori „tari de cap" în ce priveşte relaţiile. Avem nevoie să ni se explice clar lucrurile, dar *întotdeauna, întotdeauna*, aceasta să se facă cu respect.

DIN PRIMUL LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

Cum comunicaţi?

Există câteva tipuri de conversaţii pe care le poţi avea cu partenerul tău de viaţă.

- Clişee
- Fapte
- Idei/opinii
- Nevoi/sentimente
- Sinceritate personală totală

Clasifică fiecare dintre afirmaţiile următoare cu *C* pentru clişee, *F* pentru fapte, *I* pentru idei/opinii, *N* pentru nevoi/sentimente şi *S* pentru sinceritate personală.

___„Bună dimineaţa, dragă!"
___„Ai putea fi acasă miercuri imediat după muncă? Am nevoie de ajutorul tău pentru a pune lucrurile la punct înainte ca familia Lewis să vină la cină."
___„Mi-e dor de Sadie. Ne-am putea lua un alt câine?"
___„Voi fi acasă deseară la ora cinci."
___„Francine tocmai mi-a spus că Jordan s-a înrolat în armată. Ea şi soţul ei au fost şocaţi."
___„De când am văzut acel program la televizor despre cancerul de sân, n-am reuşit să mi-l scot din minte. Mă îngrijorez că aş putea avea şi eu cândva. Ce s-ar întâmpla atunci cu tine? Cu copiii?
___„Crezi că ar trebui să punem de-o parte ceva bani pentru un concediu special anul viitor, deoarece vom sărbători cea de-a zecea aniversare a nunţii noastre?"
___„Cum ţi-a trecut ziua?"
___„Azi va fi rece."
___„O duc pe Angie să-i cumpăr un palton nou. A crescut."
___„De când a murit mama nu mă pot debarasa de acest sentiment de singurătate. Mă simt de parcă mi-am pierdut nu doar mama, ci şi o parte din mine."

Răspunsuri corecte:

C „Bună dimineaţa, dragă!"
N „Ai putea fi acasă miercuri imediat după muncă? Am nevoie de ajutorul tău pentru a pune lucrurile la punct înainte ca familia Lewis să vină la cină."
N „Mi-e dor de Sadie. Ne-am putea lua un alt câine?"
F „Voi fi acasă deseară la ora cinci."
F „Francine tocmai mi-a spus că Jordan s-a înrolat în armată. Ea şi soţul ei au fost şocaţi."
S „De când am văzut acel program la televizor despre cancerul de sân, n-am reuşit să mi-l scot din minte. Mă îngrijorez că aş putea avea şi eu cândva. Ce s-ar întâmpla atunci cu tine? Cu copiii?
I „Crezi că ar trebui să punem de-o parte ceva bani pentru un concediu special anul viitor deoarece vom sărbători cea de-a zecea aniversare a nunţii noastre?"
C „Cum ţi-a trecut ziua?"
F „Astăzi va fi rece."
F „O duc pe Angie să-i cumpăr un palton nou. A crescut."
S „De când a murit mama nu mă pot debarasa de acest sentiment de singurătate. Mă simt de parcă mi-am pierdut nu doar mama, ci şi o parte din mine."

Care din tipurile de conversaţie sunt cele mai frecvente în relaţiile tale? De ce?

DIN AL DOILEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

De ce un bărbat nu opreşte pentru a cere indicaţii?

A. Este umilitor pentru el.
B. Vrea să se descurce singur.
C. Ştie încotro merge.
D. Nu-i place să ceară ajutor altora.
E. Pentru că încă nu trebuie să meargă la toaletă.
F. Se gândeşte: *Încă pot s-o scot la capăt.*

Răspuns corect: Niciunul. Pentru că a trudit din greu să depăşească toate acele maşini.

DIN AL TREILEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

Dacă el face curăţenie în toată casa şi se oferă să te ducă la supermarket ca să-ţi cumperi câteva haine, înseamnă că:

A. tocmai şi-a cumpărat un nou set de crose de golf foarte scump.
B. te înşeală.
C. şi-a dat seama în această dimineaţă că ziua ta de naştere a fost în februarie şi nu în mai.
D. crede că ai nevoie să te aranjezi puţin.
E. speră să-l faci fericit deseară.

Răspuns corect: În cele din urmă şi-a comandat acea barcă pe care şi-a dorit-o dintotdeauna, dar nu a avut curajul să-ţi spună. Îşi imaginează că vei primi mult mai bine această veste după un timp excitant de cumpărături pe care l-ai avut!

DIN AL PATRULEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

O cunoşti pe această femeie?

Te trezeşti vreodată

A. spunând da când vrei să spui nu, nu, *Nu!?*
B. râzând la o glumă pe care nu o înţelegi, pentru ca nimeni să nu se simtă prost (iar tu să nu pari a fi fără simţul umorului)?

C. jurând să nu mai prezidezi din nou bazarul femeilor? (Problema este că ai spus asta şase ani la rând.)
D. zâmbind şi lăudând mâncarea soacrei, când de fapt o deteşti total?
E. refuzând să trimiţi somonul înapoi la bucătăria restaurantului când îţi soseşte pe farfurie şi încă mai înoată?

Răspuns corect: Dacă te-ai regăsit măcar *într-una* din aceste afirmaţii, eşti în mod clar o persoană care face pe plac altora. Dar dacă eşti conştientă de această realitate, ea nu trebuie să-ţi controleze viaţa.

Îl cunoşti pe acest bărbat?

A. El are întotdeauna dreptate.
B. Vorbeşte despre femei cu mânie şi lipsă de respect.
C. Când greşeşte, altul e vinovat.
D. Când lucrurile nu merg aşa cum vrea el, îşi iese din pepeni sau se retrage într-o tăcere de gheaţă.
E. După o ceartă, echivalează a face dragoste cu împăcarea.
F. Trebuie să câştige în orice domeniu – în afaceri, la ping-pong şi în dragoste.
G. Adesea se plânge că angajaţii sau şefii lui nu ştiu ce fac.
H. Este abil în a te face să te simţi vinovată, chiar dacă ştii că ai dreptate şi că faci lucrul corect.

Răspuns corect: Dacă ai identificat în soţul tău măcar *una* din aceste trăsături, te-ai căsătorit cu o persoană care are tendinţa de a-i controla pe alţii. Dar nu trebuie să-i permiţi să te calce în picioare.

Acest chestionar a fost adaptat din cartea dr. Kevin Leman, *Pleasers*, Grand Rapids, MI, Fleming H. Revell, 2006.

DIN AL CINCILEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

Ce ne spun cercetătorii despre preferinţele bărbaţilor cu privire timpul pentru la sex?

A. În orice zi, în orice vreme
B. La începutul zilei
C. La sfârşitul zilei
D. Întreaga zi

Răspuns corect: Bărbaţii nu au nevoie de un timp anume, ci doar de un loc.
Ce ne spun cercetătorii despre preferinţele femeilor cu privire timpul pentru la sex?

A. În orice zi, în orice vreme
B. Dimineaţa devreme, înainte de a se pieptăna şi de a-şi face machiajul, pentru ca acesta să nu se strice
C. După o cină romantică
D. După ce copiii sunt înveliţi în pat
E. Când copiii nu sunt acasă

Răspuns corect: Niciunul. Femeile preferă să facă dragoste în luna iunie! Serios, ce ne spun cercetătorii este că femeile preferă să facă sex seara, nu dimineaţa.

DIN AL ŞASELEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

Faptul că la cină îi oferi soţului prietenei tale bucata ta de muşchi file pe care nu ai mâncat-o

A. nu este o problemă. La urma urmei, bucata are un gust oribil, dar Phil o va mânca oricum.
B. este un gest amabil şi atent (Phil privea lacom).
C. o modalitate sigură de a-ţi reduce la jumătate grăsimile consumate în ziua respectivă.
D. este o greşeală enormă. I-ai oferit-o pentru că o privea atât de doritor, dar n-ai crezut nicio clipă că o va accepta.

Răspuns corect: niciunul. Este o violare a codului nescris al soţului: ce este al tău, este al lui, şi el are dreptul să refuze primul.

DIN AL ŞAPTELEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

De ce îi este greu bărbatului tău să devină eroul tău.

A. Pentru că tu faci orice lucru atât de bine – şi le faci pe toate bine.
B. Eşti atât de ocupată.
C. Nu îi dai ocazia să te ajute sau să-ţi facă pe plac.
D. Pentru că îi este teamă că îi vei găsi greşeli în tot ce face.

Răspuns corect: Toate cele de mai sus şi încă multe altele!

DIN CONCLUZIE: CUM SĂ-I VORBEŞTI PE LIMBA LUI

Care este limbajul dragostei soţului tău?

A. Cuvinte de apreciere
B. Timp de calitate

C. Daruri
D. Acte de slujire
E. Atingere fizică

Răspuns corect: Doar tu poţi şti aceasta şi, dacă nu ştii, ascultă de ce se plânge soţul tău. Acestea îţi vor spune tare şi răspicat care este limbajul lui.

Ce este mai important pentru tine?

A. Să auzi cuvintele: „Te iubesc, iubito", exprimate verbal sau scrise pe un card.
B. Să petreci un timp liniştit cu soţul tău – doar voi doi.
C. Să primeşti flori nu cu o ocazie specială, ci pur şi simplu pentru că te iubeşte.
D. Când el curăţă baia de dragul tău, chiar dacă nu este rândul lui.
E. Să primeşti un sărut de fiecare dată când intră sau iese din casă.

Răspuns corect: Doar tu poţi şti aceasta. Aşadar, de ce să nu-i dai indicii soţului tău, în loc să-l laşi să ghicească?

BCU IAŞI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

NOTE

INTRODUCERE: DUPĂ CE TÂNJEŞTE CU ADEVĂRAT UN BĂRBAT...

1. D. Mace şi R. Mace, "Enriching Marriages: The Foundation Stone of Family Strength," în *Family Strengths: Positive Models for Family Life*, ed. Nick Stinnett şi alţii, Lincoln, Neb., University of Nebraska Press, 1980, pag. 197-215.
2. Peter Ustinov, "Points to Ponder," *Reader's Digest*, octombrie 1992.

PRIMUL LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

1. Deborah Tannen, *You Just Don't Understand*, New York, Quill, HarperCollins, 2001, pag. 42.
2. Ibid., pag. 81-82.
3. Ibid., pag. 82-83.
4. Ibid., pag. 297.

AL DOILEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

1. Pentru a afla mai multe informaţii despre acest subiect vezi cartea mea, *What a Difference a Daddy Makes*, Nashville, TN, Thomas Nelson Publishers, 2000.
2. Pentru mai multe despre acest subiect vezi cartea mea, *Making Your Children Mind without Losing Yours*, Grand Rapids, MI, Fleming H. Revell, 2000.
3. Paul Candon, "Brain Structure May Influence Male-Female Behavior Differences," *Cerebral Cortex*, decembrie 1999.
4. Jane Everhart, "Male, Female Differences Can Impact Treatment Regimens," *New York Times* Syndicate, 28 decembrie, 1999.
5. Ibid.

BCU CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

6. Geneza 2:18
7. *The Quest Study Bible,* New International Version, comentariul de la pagina 5 la Geneza 2-3.
8. Pentru mai multe despre acest subiect vezi cartea mea, *The Birth Order Book,* Grand Rapids, MI, Fleming H. Revell, 1985, 1992.

AL TREILEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

1. Matei 10:8
2. Luca 6:38
3. Proverbe 21:26

AL PATRULEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

1. Pentru mai multe informaţii despre acest subiect, vezi cartea mea, *Pleasers,* Grand Rapids, MI: Fleming H. Revell, 1987, 2006.

AL CINCILEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

1. Alan Booth şi David Johnson, "Premarital Co-habitation and Marital Success," *Journal of Family Issues* 9, 1988, pag. 261-270. Acest citat, cât şi alte citate din această secţiune, sunt luate din Wade Horn, *Father Facts,* Gaithersburg, MD: The National Fatherhood Initiative, ed. a III-a, nedatată, pag. 46 şi urm.
2. Iuda 21 (TLB)
3. Nancy Stedman, "Love Your Body", *Redbook,* mai 2001, pag. 46.
4. Susan Crain Bakos, "The Sex Trick Busy Couples Swear By," *Redbook,* 2001, pag. 125.
5. Ibid.
6. "You Told Us," *Redbook,* februarie 2001, pag. 12.
7. Cartea mea, *Sex Begins in the Kitchen: Because Love Is an All-Day Affair,* Grand Rapids, MI, Fleming H. Revell, 1981, 1992, 1999, tratează acest subiect şi multe altele.

AL ŞASELEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

1. Efeseni 4:15
2. Efeseni 5:33

AL ŞAPTELEA LUCRU PE CARE EL NU ŢI-L VA SPUNE NICIODATĂ

1. Lisa Beamer şi Ken Abraham, *Let's Roll! Ordinary People, Extraordinary Courage*, Carol Stream, IL, Tyndale House Publishers, 2002; o carte incredibilă a soţiei lui Todd Beamer. Prin ea vei găsi speranţă, inspiraţie şi putere pentru propria ta călătorie în viaţă.
2. John Eldredge, *Wild at Heart*, Nashville, Thomas Nelson, 2001, pag. 10.
3. Ibid., pag. 15.
4. Efeseni 5:25
5. Gary Smalley, *ADN-ul relaţiilor*, Oradea, Imago Dei, 2007, pag. 150, 152.
6. Willard F. Harley jr., *His Needs, Her Needs for Parents*, Grand Rapids, MI, Fleming H. Revell, 2003, pag. 112.
7. Iosua 24:15
8. Eclesiastul 4:12

CONCLUZIE: CUM SĂ-I VORBEŞTI PE LIMBA LUI

1. O parte a materialului din această concluzie a fost adaptat din cartea mea, *Sex Begins in the Kitchen: Because Love Is an All-Day Affair*, Grand Rapids, MI, Fleming H. Revell, 1981, 1992, 1999, pag. 167-179.
2. Gary Chapman, *Cele cinci limbaje ale dragostei*, Timişoara, Noua Speranţă, 1995.
3. Ibid., pag. 75.

EPILOG: ALERGÂND ALĂTURI ÎN CURSA VIEŢII

1. Povestire adaptată din "Who Lifts You? And Who Do You Lift?" *The Word for Today*, octombrie, 2006, pag. 21.

BCU IAŞI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

DESPRE DR. KEVIN LEMAN

Înţelepciune practică şi un râs sănătos

• • •

Un psiholog cunoscut la nivel internaţional, o personalitate cunoscută la radio şi televiziune şi un vorbitor apreciat, dr. Kevin Leman şi-a învăţat şi şi-a amuzat ascultătorii din lumea întreagă cu umorul lui şi cu psihologia lui practică.

Autor a multe cărţi devenite best-seller şi premiate, a fost invitat la sute de programe de radio şi televiziune, inclusiv la *The View* cu Barbara Walters, *Today, Oprah, The Early Show* de la CBS, *Live with Regis Philbin, American Morning* de la CNN şi *LIFE Today* cu James Robison. Dr. Leman a fost psiholog de familie la emisiunea *Good Morning America.*

De asemenea, dr. Leman este fondatorul şi preşedintele organizaţiei Couples of Promise, concepută şi dedicată ajutorării cuplurilor să aibă o căsnicie fericită.

Dr. Leman este membru în American Psychological Association, American Federation of Radio and Television Artists, National Register of Health Services Providers in Psychology, şi North American Society of Adlerian Psychology.

În 1993, a primit premiul Distinguished Alumnus Award de la North Park University din Chicago. De asemenea, în 2003 a primit cel mai înalt premiu pe care îl poate oferi o universitate absolvenţilor ei: The Alumni Achievement Award de la Universitatea din Arizona.

Dr. Leman a studiat la North Park University. Şi-a obţinut licenţa în psihologie de la Universitatea din Arizona unde, mai târziu, a obţinut şi diploma de master şi doctoratul. Născut la Williamsville, New York, el şi soţia lui, Sande, trăiesc în Tucson şi au cinci copii.

Pentru informaţii referitoare la programul conferinţelor şi seminariilor, vă rugăm să-l contactaţi pe:

Dr. Kevin Leman
P.O. Box 35370
Tucson, Arizona 85740

Telefon: (520) 797-3830
Fax: (520) 797-3809
Web site:
www.lemanbooksandvideos.com

BCU IAŞI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

B.C.U. „M. EMINESCU" IAŞI

BCU IAȘI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

2009/11

Vrei să ştii

- de ce soţul tău se închide în el, se înfurie sau nu vrea să vorbească cu tine
- ce l-ar schimba în genul de bărbat amabil, care te ascultă, te respectă, te ajută la treburile casnice, este un tată bun şi te iubeşte aşa cum ţi-ai dori să fii iubită

„Trebuie doar să înveţi câteva lucruri simple, elementare – spune dr. Kevin Leman – şi soţul tău va face *orice* ca să te mulţumească."

7 lucruri pe care el nu ţi le va spune niciodată îţi va arăta de ce calea spre inima unui bărbat este atât de îngustă.

DR. KEVIN LEMAN, psiholog cunoscut la nivel internaţional, o personalitate cunoscută la radio şi televiziune şi un vorbitor apreciat, şi-a învăţat ascultătorii din lumea întreagă şi i-a amuzat cu umorul şi cu psihologia lui practică.

Autor a multe cărţi devenite best-seller şi premiate, a fost invitat la sute de programe de radio şi televiziune, inclusiv la *The View* cu Barbara Walters, *Today, Oprah, The Early Show* de la CBS, *Live with Regis Philbin, American Morning* de la CNN şi *LIFE Today* cu James Robison. Dr. Leman a fost psiholog de familie la emisiunea *Good Morning America*.

Dr. Leman a studiat la North Park University. Şi-a obţinut licenţa în psihologie de la Universitatea din Arizona unde, mai târziu, a obţinut şi diploma de master şi doctoratul. Născut la Williamsville, New York, el şi soţia lui, Sande, trăiesc în Tucson şi au cinci copii.

978-973-88959-4-2

9 789738 895942

EDITURA IMAGO DEI
www.imagodei.ro

BCU IAŞI UNIVERSITY LIBRARY